JANVIER 2013 - N°265 2 €

Cuisine Actuelle

cuisineactuelle.fr

DERNIÈRE MINUTE

RÉVEILLON
Buffet top et vite fait

VIVE LA FONDUE !
Tradi ou étonnante, si chaleureuse

ÉPIPHANIE
La galette, la vraie, la meilleure en version ultra facile

Nos DESSERTS au CAFÉ préférés

Les NEMS qu'on aime

Trop bonnes, les CHIPS maison

Petits PLATS du MARCHÉ réconfortants

85 recettes gourmandes

GROUPE PRISMA MEDIA
M 01379 - 265 - F: 2,00 €

JANVIER 2013 - BEL : 2,30 € - CH : 4,40 CHF - CAN : 4,50 CAD - D : 3,80 € - ESP : 2,50 € - GR : 2,50 € - ITA : 2,50 €
LUX : 2,30 € - PORT. CONT. : 2,50 € - DOM : Avion : 3,20 € - Maroc : 25 DH - Tunisie : 3.2 TND - Zone CFA Avion : 2 500 XAF ; Bateau : 1 500 XAF - Zone CFP Avion : 950 XPF ; Bateau : 350 XPF.

d'aucy

Si c'est d'aucy, j'en ai envie

Mes Petits Légumes Cuisinés
Recettes de chef !

Les légumes de toujours
deviennent vos gourmandises
de tous les jours !

daucyculture.fr

PUBLICIS ACTIV RCS Vannes B 652 008 632 - Crédit photos : Mixture - Photos non contractuelles - Suggestion de présentation - 024264

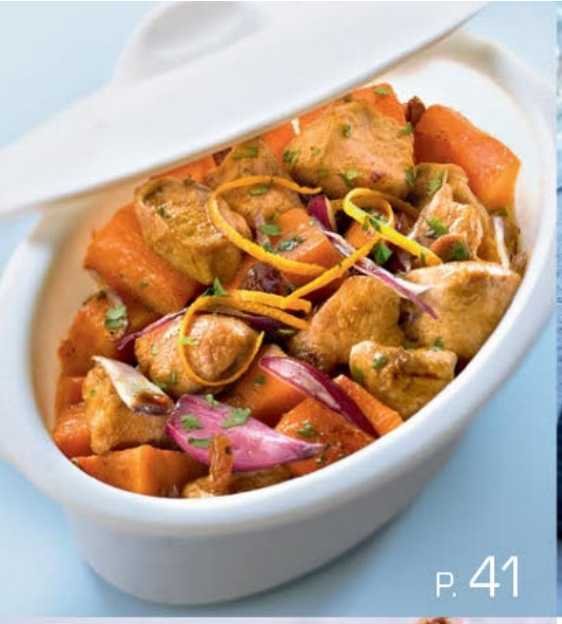
Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour. www.mangerbouger.fr

Une recette très simple et luxueuse à la fois. À déguster avec une coupe de champagne.

Ça c'est l'œuf palace

POUR 2 PERSONNES

Retirez la croûte de 4 tranches de pain de mie et coupez-les en bâtonnets. Faites-les dorer dans une poêle, à l'huile d'olive. Ajoutez 1 cuil. à café d'huile de truffe en fin de cuisson et salez. Réservez. Cuisez 4 œufs à l'eau bouillante 3 min. Égouttez-les et placez-les dans des coupelles remplies de riz cru. Ouvrez-les au coupe-œuf. Salez et garnissez de truffe émincée. À défaut, prenez de l'huile ou de la fleur de sel parfumées à la truffe. Servez chaud avec les mouillettes.

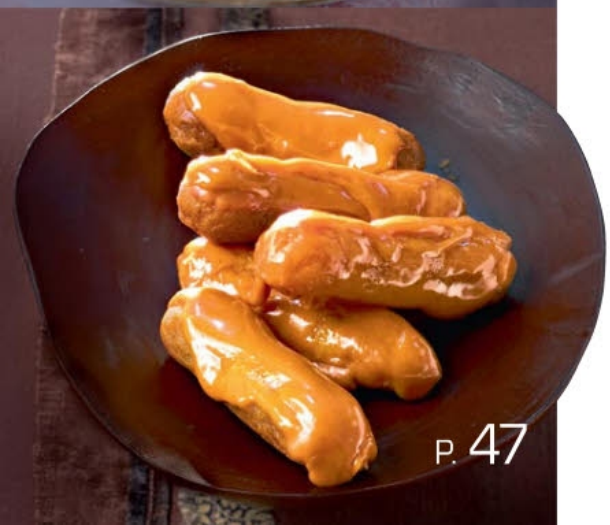

P. 41

P. 7

P. 27

P. 54

P. 48


P. 47

INDEX

JANVIER 2013 - N° 265

Entrées froides

Apéritif du Sud en duo 35
Chips de betteraves au four, dip à la cardamome 7
Chips de carottes au cumin 6
Chips de patates douces 8
Guacamole foufou 59
Houmous potager 59
Millefeuilles aux crevettes, kiwis et gingembre 48
Profiteroles de rosbif 38
Roulés de saumon fumé 36
Smoothie vitalité 59
Terrine de joue de bœuf au foie gras 22

Entrées chaudes

Bouchées forestières au foie gras 38
Bouillon crémé aux moules à l'œuf poché 56
Cappuccino surprise 59
Flan à pois verts 59
Fondue à la truffe noire 32
Gambas croustillantes, crème chantilly au pavot 51
Gâteau princesse aux petits pois 59
Millefeuilles de pomme au chèvre 24
Mini feuilletés chèvre et figue 37
Nems de foie gras et canard fumé 55
Œuf palace 3
Pancakes verts 59
Saint-jacques en nage d'agrumes 67
Tarte aux épinards et noix 40
Tempura de crevettes et p'tite salade Asia 37
Velouté de champignons aux châtaignes 40
Velouté de panais asiatique 22

Poissons

Blanquette de saumon 40
Fondue marine en bouillon thaï 32
Grecque de maquereau vapeur 56
Thon grillé, haricots tièdes 40

Viandes

Effiloché de lapin aux crozets 42
Filets mignons de porc aux pommes et roquefort 24
Fondue de l'Atlas 33
Joue de bœuf braisée 24
Raclette au morbier et au cumin 49
Risotto safrané aux saucisses 67
Sauté de veau à l'orange 42
Shabu-shabu, sauce au sésame 33

Légumes

Coquillotto 59
Fondue au chèvre et petits légumes 32
Gratin de panais 22

L'index 2012 de toutes nos recettes de l'année est disponible gratuitement sur le site www.cuisineactuelle.fr
Si vous souhaitez le recevoir par la poste, adressez votre demande écrite au **Service lecteurs Cuisine Actuelle.**

Purée martienne 59
Spaghettis petits pois-lardons 59

Desserts

Banane Melba 58
Bananes poêlées à l'huile vanillée et au piment 49
Chaud-froid de sabayon au café 46
Choco-nature 58
Croustillant de banane 58
Éclairs aux trois cafés 47
Flamusse aux clémentines 42
Fondue au chocolat blanc et à l'amande 33
Fondue chocolat-caramel 33
Galette des Rois 63
Île flottante tropicale 65
Millefeuilles d'ananas, glace au gingembre 9
Mini babas café-cognac 46
Mousse à la banane 58
Mousse chocolat-ananas 42
Mousse de fromage blanc vanillée aux dattes 57
Nems aux fruits rouges 54
Nems de banane au chocolat 54
Pattes d'ours 58
Petits cheesecakes au café 45
Smoothie glacé à la banane 58
Tiramisu à la liqueur de café 44

PRATIQUE !

Pour accéder à **www.cuisineactuelle.fr** directement, surveillez dans nos pages le pictogramme ci-contre et flashez-le avec votre smartphone. Vous devez avoir au préalable téléchargé un logiciel tel que QR Reader (iPhone) ou Mobiletag (iPhone et Android).

SOMMAIRE

3 L'eau à la bouche
L'œuf façon palace

6 Coup d'éclat
Chips de fruits et légumes

10 Actualités
Au menu de janvier

PLEINE SAISON p. 16

16 Fabienne fait son marché
Conseils et bons plans

20 Fabienne cuisine
Produits et recettes de saison

25 Sur un plateau
Le géromé, munster vosgien

LE DOSSIER p. 26
Salées ou sucrées, les fondues, c'est à fondre !

TENTATIONS p. 35

35 L'apéritif
Duo aux accents du Sud

36 L'invitation
Bouchées élégantes et gourmandes

44 Péché mignon
Desserts couleur café

48 Délices express
Sublimes épices

50 Tendance
Poétique kadaïf

52 Shopping
Noir et blanc graphique

ÇA CHANGE p. 54

54 Variations gourmandes
Les nems qu'on aime

56 Parti prix
Un menu complet sans se ruiner

58 Enfants
Les pattes d'ours

59 10 idées avec...
...des petits pois surgelés

60 Effet de style
Noir et or j'adore !

62 Jolis restes
Rien ne se perd !

SAVOIR & FAIRE p. 63

63 Fait maison
Ma galette des Rois

64 Pas si classique
Île flottante tropicale

66 Mode d'emploi
Bouillons & Cie

68 En cave
Madiran, parfum de terroir

69 Cuvées spéciales
Bouteilles fines et fun

70 Banc d'essai
Le foie gras de canard entier

71 Dans les rayons
Goûtés pour vous en janvier

72 Guide d'achat
Les machines à café

74 L'atelier
Secrets de pro

76 Balades
5 raisons d'aller à Uzès

78 Pique-assiette
Le goût de la Russie

+ 8 FICHES p. 39

Abonnez-vous vite
Appelez le 0826 963 964
(0,15 €/min) ou reportez-vous page 43

Rejoignez la communauté de Cuisine Actuelle sur Facebook

Cuisine Actuelle est en vente chez certains marchands de journaux avec son calendrier au prix global de 4,50 € en France métropolitaine / 4,80 € en Belgique et au Luxembourg / 6,50 FS en Suisse. Vous pouvez commander le calendrier seul en écrivant à Cuisine Actuelle 62066 Arras Cedex 09 France. Prix spécial abonnés : le calendrier 2,50 € en France métropolitaine (frais de port inclus, offre limitée à un exemplaire par abonné et dans la limite des stocks disponibles). Merci de joindre un chèque à l'ordre de Cuisine Actuelle. Pour les abonnés en Suisse, en Belgique et au Luxembourg : nous contacter au 00 33 825 07 11 96. Les non-abonnés peuvent obtenir le calendrier pour 2,50 € + 8 € de frais de port en France métropolitaine dans la limite des stocks disponibles. Au sein du magazine figurent un encart Nisson GI 8 p. jeté sous le blister de 25 000 abonnés, une carte Edigroup jetée sur Suisse et Belgique, un encart Prisma Media jeté sur une sélection d'abonnés, un encart Cuisine Actuelle et un encart VAD Offre Ménagère jetés sur les abonnés.

PEFC PEFC/10-31-1410 PROMOUVOIR LA GESTION DURABLE DE LA FORÊT

Chic chips

Salées ou sucrées, croquantes à souhait, ces fines rondelles de fruits et de légumes nous font craquer.

Chips de carottes au cumin

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 10 MIN
CUISSON : 10 MIN

◆ 4 carottes ◆ graines de cumin ◆ huile de friture ◆ fleur de sel.

PELEZ les carottes et coupez les bouts en biseau. Taillez de fines tranches à la mandoline. Faites chauffer un bain de friture. Plongez-y une poignée de tranches de carottes. RETIREZ-LES avec une écumoire quand elles sont dorées et posez-les sur une feuille de papier absorbant. Cuisez de la même façon le reste de carottes. Saupoudrez-les aussitôt de sel et de cumin. Mélangez.

CONSEIL Si vous n'avez pas de mandoline, utilisez la râpe fine d'un robot en présentant les carottes de biais.

Et la chips fut...

George Crum, cuisinier à Saratoga Springs, dans l'État de New York aux États-Unis, aurait inventé les chips pour satisfaire un client exigeant qui se plaignait de la texture de ses frites, pas suffisamment croustillantes à son goût. Après plusieurs retours en cuisine, le chef décida de découper les pommes de terre en tranches très fines puis de les frire jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Chips de betterave au four, dip à la cardamome

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 30 MIN

◆ 2 betteraves rouges crues ◆ 1 yaourt ◆ 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ◆ 1 cuil. à soupe de gousses de cardamome ◆ fleur de sel.

PRÉCHAUFFEZ le four à th. 6 (180 °C). Pelez et lavez les betteraves. Séchez-les bien. Taillez-les en fines tranches à la mandoline.

MIXEZ les chutes de betterave avec le yaourt et l'intérieur de 3 gousses de cardamome. Salez et poivrez. Réservez au frais.

POSEZ les tranches de betterave sur une plaque à pâtisserie tapissée de papier cuisson. Badigeonnez-les d'huile. Enfournez et cuisez 5 min. Réglez le thermostat du four sur 5 (150 °C) et cuisez encore 25 min en surveillant la coloration. Salez et décorez de gousses de cardamome à la sortie du four. Servez accompagné de la sauce au yaourt.

CONSEIL Gagnez du temps en faisant cuire les rondelles de betterave dans de l'huile bouillante. Faites-les ensuite sécher 30 min au four à th. 2-3 (100 °C). Salez-les en fin de cuisson. Attention, cette recette est plus rapide, mais aussi plus grasse !

Chips and dips

Les dips (du verbe "tremper" en anglais) sont des sauces qu'on présente en coupelles avec les chips. Avec des chips épicées, proposez une base de fromage blanc ou de yaourt mixé avec des légumes crus, des aromates ou des olives. Nature, les chips s'accordent avec des chutneys, de l'houmous, du guacamole, de la tapenade, du fromage frais au bleu et différentes sauces épicées.

Le monde des chips

Au royaume des chips, la pomme de terre n'est plus reine ! Les chips de légumes anciens ou méconnus sont désormais courantes dans les supermarchés. Moins grasses, ludiques et plus colorées, elles permettent de varier les saveurs : panais, topinambour, patate douce, carotte, betterave… Coup de cœur pour les chips bio cuites sans huile au déshydrateur, riches en vitamines.

Une recette de chips maison en vidéo sur cuisineactuelle.fr

Découvrez, étape par étape, comment réaliser des chips homemade et profitez de nos astuces pour vous lancer. Rubrique Dossiers gourmands / Recettes maison.
Pour accéder directement au site, flashez le code ci-dessus avec votre smartphone.

Chips de patates douces à la noix de coco

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 10 MIN
CUISSON : 10 MIN

- **500 g de patates douces**
- **30 g de noix de coco râpée**
- **20 g de sucre glace**
- **huile de friture.**

MÉLANGEZ la noix de coco râpée et le sucre glace dans un bol. Épluchez les patates douces. Taillez-les en fines rondelles à la mandoline ou à la trancheuse à jambon.

FAITES CHAUFFER l'huile de friture. Plongez-y les chips par six ou sept. Retirez-les à l'aide d'une écumoire dès qu'elles sont dorées. Égouttez-les sur du papier absorbant et saupoudrez-les du mélange à la noix de coco.

CONSEIL Faites bien sécher les rondelles entre deux feuilles de papier absorbant avant de les cuire. Vous éviterez les projections d'huile.

Millefeuilles d'ananas, glace au gingembre

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 3 H
PRISE DE LA GLACE : 1 H

◆ 1 ananas ◆ 100 g de sucre ◆ 20 g de sucre glace ◆ 3 pots de yaourt à la grecque de 150 g ◆ 10 cl de lait ◆ 1 cm de gingembre frais râpé.

CHAUFFEZ le four sur th. 3-4 (100 °C). Pelez l'ananas. Coupez-le en tranches fines à l'aide d'une mandoline ou d'une trancheuse à jambon.

POSEZ les tranches d'ananas sur la plaque du four tapissée de papier sulfurisé. Saupoudrez-les d'un voile de sucre glace en utilisant une saupoudreuse ou une passoire très fine.

ENFOURNEZ et cuisez 2 h 30 à 3 h, jusqu'à ce que les rondelles d'ananas soient bien sèches. Retournez-les à mi-cuisson.

FAITES CHAUFFER le lait avec le sucre dans une casserole. Laissez-y infuser à couvert le gingembre frais râpé. Filtrez le lait tiédi, puis mélangez-le avec les yaourts à la grecque. Faites prendre le mélange en sorbetière.

ASSEMBLEZ les millefeuilles au dernier moment. Posez les rondelles d'ananas et les quenelles de glace sur les assiettes en les alternant. Terminez par une rondelle d'ananas et servez.

CONSEIL Éliminez le cœur des rondelles d'ananas avec un petit emporte-pièce rond.

À chacun sa méthode

La cuisson classique consiste à plonger les rondelles de légumes dans l'huile bouillante. Plus saine, la cuisson au four les sèche sans ou avec peu de matière grasse. Les fans du tout cru passeront les chips au déshydrateur, à moins de 47 °C pour conserver vitamines et enzymes. Enfin, les aficionados du micro-ondes cuiront 5 min des rondelles de légumes huilées, posées dans une assiette à soupe entre deux feuilles de film alimentaire.

Au menu de janvier

Les produits qu'on aime, les idées à suivre, les tendances du moment et les toqués du mois.

GRAINE DE DESIGN

Si la branche automobile de Peugeot connaît des difficultés, il n'en est rien pour le département culinaire ! L'équipe dédiée du Peugeot Design Lab a présenté au dernier Mondial de l'automobile quatre modèles aux formes futuristes : moulins à sel, à poivre, à herbes et à café. À traquer chez les spécialistes les plus pointus en 2013.

CUPCAKES MAISONS

Comme ils sont jolis, les cupcakes des magazines ! À la maison, c'est moins bien ? Pas de panique, un nouveau site Internet propose non seulement le kit déco pour réussir la finition, mais aussi le fait livrer par un "cake designer" qui anime à l'arrivée un atelier pour révéler les astuces beauté de cette irrésistible gourmandise.

À partir de 80 € (atelier et fournitures), The Home Cooking Craft.

TENDANCE DURABLE

Éloge des poissons modestes

Ils ont la cote, les "petits" poissons ! **Petrossian,** pro du caviar et du saumon, propose de la sardine fumée (8 € les 100 g). **Kentucky Fried Chicken** assure la certification MSC de pêche durable pour les poissons servis dans ses fast-foods. Enfin, **Auchan** édite avec **Minerva** un livre de 40 recettes avec des produits issus de la pêche durable (2 €, magasins de l'enseigne).

On aime vos petits plats !

Postez vos recettes sur le site de Cuisine Actuelle et gagnez de nombreux cadeaux

Partagez vos recettes avec la communauté de Cuisine Actuelle. Déposez-les vite avec une photo : elles seront publiées sur le site. Les meilleures vous permettront de gagner une superbe cafetière électrique et des livres.

■ **Adresses en fin de numéro**

LA MEILLEURE GALETTE

Guy Krenzer, le pâtissier en chef de la maison Lenôtre, a imaginé sa galette 2013 comme une adaptation de l'exquis bostock, une tranche de brioche tartinée de frangipane, parsemée d'amandes effilées et délicieusement caramélisées. Il en fait le cœur de sa galette avec une marmelade d'orange et de la crème fouettée. Tout simplement la meilleure galette pour 2013 !
Galette Lenôtre, 59 €, 6-8 parts.

LE PARFUM SANS LES CALORIES

Accros au sucré mais soucieux de votre ligne ? Cette bougie embaume la galette des Rois à la frangipane et renferme même une fève en son sein de cire ! *Bougie artisanale parfumée, 14,50 € la bougie de 180 g, Durance.*

1

Tous fous... des barres de chocolats

Les barres chocolatées, c'est mauvais ! Du moins quand elles sont industrielles et bourrées de produits déconseillés par la Faculté et les becs fins. Que les gourmands se rassurent : les professionnels se sont emparés du sujet et nous proposent des bâtons de délices à la composition 100 % de qualité.

1. FRANÇOIS PRALUS. *La barre infernale pistache associe le croquant du chocolat noir 75 % à un gianduja garni de pistaches entières légèrement grillées (9,50 € les 160 g).*

2. LA MAISON DU CHOCOLAT. *Elle propose de craquants bâtonnets de chocolat noir (au praliné noisette moussé et crêpe dentelle ou au praliné moussé aux amandes, noisettes et biscuit caramélisé) ou de chocolat au lait au praliné moussé aux amandes et biscuit caramélisé (11,50 € l'étui de 9).*

3. JACQUES GENIN. *On dit oui à ses barres à la pistache de Sicile (4 € l'une) ou à la cacahuète (130 € le kilo).*

2

3

PRÊT À CHAUFFER

Une idée revigorante, ces canettes ! Elles permettent de se régaler d'un vin chaud ou d'une soupe où que l'on se trouve et sans aucune source de chaleur extérieure, grâce à son système auto-chauffant. *Nutri Pause, 3 € les 20 cl, dans les grandes surfaces.*

La fin du casse-tête

Envie de produits frais et variés sans bouger de chez soi ? Faites-vous livrer à domicile des produits de saison pour cuisiner chaque semaine trois ou cinq repas pour 2, 4 ou 6 personnes. Le tout à tarif raisonnable et sans obligation de s'abonner. Un livret de recettes accompagne chaque carton. *Sur le site Internet Hello Fresh.*

L'IDÉE À VOLER

PIQUE-NIQUE AU SOMMET...

... du luxe ! Pour 130 € (pour deux), les heureux clients du tout nouveau Chalet Zannier, à Megève, peuvent emporter un somptueux repas sur les pistes. Fromage, jambon, terrine, tarte aux fruits rouges et spéculoos, limonade hivernale au sureau, gingembre et réglisse, etc. Le tout est fait maison et produit localement par le chef étoilé Julien Burlat et son équipe. On copie l'idée en le préparant soi-même à un prix... plus démocratique !

BELLES CARROSSERIES

Grâce à une double pulvérisation organique des couleurs (sans métaux lourds), ces tasses et gobelets bien nommés Flashy affichent un intérieur gris métallisé et un extérieur aux couleurs dignes des plus beaux bolides.

Tasse 8 cl, 2 € (10 € les 4), gobelet 9 cl, 1,30 € (6,50 € les 4), Luminarc.

13 d'un coup !

En Provence, on fête Noël avec 13 desserts. Épicier et glacier dans cette région, le fondateur d'Aix & Terra fait durer le plaisir au-delà des fêtes en enfermant les saveurs de ces délices dans un pot de chocolat blanc. Un résultat irrésistible ! **8,50 € le pot de 250 g (existe aussi avec du chocolat noir), sur le site internet.**

■ **Adresses en fin de numéro**

Le Gruyère AOC suisse, provocateur de gourmandise !

Un fromage de caractère

Sans le savoir-faire ancestral des maîtres-fromagers, Le Gruyère AOC suisse n'aurait pas sa noblesse de caractère. Il est au lait cru, et son goût fin, de fruité à corsé, varie grâce à son lent affinage de 5 à 18 mois. Il sublime vos talents en cuisine … et il est né en Suisse !

LE GRUYÈRE® SWITZERLAND AOC

Pas de trou… que du goût !

www.gruyere.com

ROSSI conseil • RCS Paris B 422 496 018 • Crédit photo : Matthieu Cellard

Retrouvez + de 200 recettes sur le site www.fromagesdesuisse.com ou en flashant ici

SWITZERLAND

Suisse. Naturellement.

AOC

Les Fromages de Suisse.

www.fromagesdesuisse.com

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière.

www.mangerbouger.fr

LE TOQUÉ DU MOIS

Réalisation : Christine Masson

Après Marc, le chef deux étoiles de l'Espérance à Vézelay, voici Pierre Meneau, son talentueux fils. Enfant, il rôde dans la cuisine de papa, fait l'École de Lausanne et suit une formation chez Michel Guérard, avant de partir à la conquête de la capitale avec pour viatique deux recettes phares des années 1970 et 1980 léguées par son géniteur : les cromesquis, des boulettes au cœur liquide passées en friture qui explosent en bouche, et l'ananas rôti à l'huile d'olive. C'est dans un bistrot du VIIIe arrondissement de Paris au nom évocateur de ses racines, Crom' Exquis, qu'il sert une cuisine bourgeoise néoclassique, simple et franche, qui doit beaucoup à sa Bourgogne natale. Bon sang ne saurait mentir. *Menu déjeuner (entrée-plat-dessert), 28 €.*

Dessert raffiné

Un sachet de mini meringues délicieusement croquantes (Éric Bur, 1,85 € les 100 g, épiceries fines) + le "rêve de chocolat blanc coulis de fruits rouges" de Carte d'Or, passé au mixeur pour le rendre crémeux (3,80 € les 90 cl, en grandes surfaces) = d'exquis minis baisers !

QU'EST-CE QU'ELLE MIJOTE ?

La reine du mijoté et la préférée du chef Paul Bocuse, la cocotte en fonte Staub, est entièrement produite en France. Cette année, elle gagne une fonction sans vous coûter un centime de gaz ou d'électricité en plus. Voici venu le panier vapeur tout Inox de la belle, qui s'offre par la même occasion une nouvelle robe bleu intense.

Diamètre 26 cm, capacité 5,2 litres, 199 €.

In/Out

Les carottes de toutes les couleurs mettent du soleil dans nos assiettes d'hiver. Elles colorent drôlement en violet (la variété rouge sombre) le moindre bouillon.

Le kiwi était paré de toutes les vertus, notamment d'une teneur exceptionnelle en vitamine C. Hélas ! Des études ont montré qu'il n'est pas le plus riche. Du coup, on le boude.

Emballages de demain

2 millions de menus burgers par jour = 75 tonnes de déchets ! Pour en finir avec ce gâchis, Green Industries propose des formules à partir de papier recyclé, adaptées aux frites et sandwichs froids ou chauds. À la sortie, 4 fois moins de déchets en poids et 8 fois moins en volume.

Adresses en fin de numéro

Microsoft

Voici Cyril,
créateur de saveurs.

NOKIA LUMIA 920

DAS : 0,70 W/kg.*

Votre Windows Phone devient aussi unique que vous. Épinglez des vignettes dynamiques pour tout ce qui compte, et inventez le smartphone qui vous ressemble.
Comme Cyril Lignac, découvrez le vôtre sur windowsphone.com

Windows Phone

Accès Wi-Fi ou abonnement internet mobile requis ; des frais peuvent s'appliquer. Applications à télécharger sur le Windows Phone Store, selon disponibilité. Certaines fonctionnalités peuvent nécessiter un compte Microsoft. Visuels non contractuels. *Le DAS (Débit d'Absorption Spécifique) des téléphones mobiles quantifie le niveau d'exposition maximal de l'utilisateur aux ondes électromagnétiques, pour une utilisation à l'oreille. La règlementation française impose que le DAS ne dépasse pas les 2 W/kg. Microsoft France, R.C.S. Nanterre 327 733 184, 37-45 Quai du Président Roosevelt, Issy-les-Moulineaux.

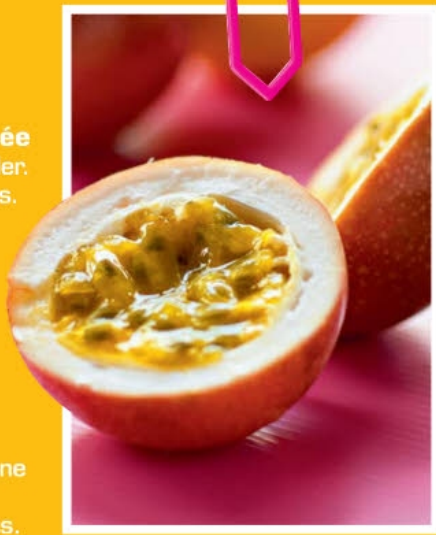
Pleine Saison

Fabien

Chaque mois, Fabienne, journaliste à *Cuisine Actuelle*, nous parle des produits de saison qui la font saliver. Elle nous livre des recettes qu'on va vous redemander.

Le fruit de la passion

- **Les variétés à peau brune violacée** sont mûres lorsqu'elles commencent à rider. Les variétés jaunes s'achètent plutôt lisses.
- **C'est "à la coque",** coupé en deux et à la petite cuillère, que le fruit de la passion se déguste le plus facilement.
- **En cuisine,** mieux vaut éliminer les graines. Il suffit de mixer la pulpe, puis de la filtrer. Le jus de 2 ou 3 fruits parfume une salade de fruits, sert à faire mariner du poulet ou des crevettes ou à déglacer un magret poêlé. Pour réaliser une tarte aux fruits de la passion, façon tarte au citron, prévoyez une quinzaine de fruits.



Pour éviter de pleurer en émincant des oignons, je choisis un couteau bien tranchant, car les lames peu affûtées libèrent les substances irritantes en les écrasant.

L'orange, pas que pour les vitamines

J'en achète beaucoup l'hiver pour la vitamine C qu'elles contiennent, mais aussi pour apporter une touche de fraîcheur à mes petits plats.

■ **Jusqu'en avril,** je choisis l'orange sanguine, maltaise en particulier, pour ses qualités gustatives. Je regarde bien si cette mention est portée sur l'étiquette, car il existe des variétés semblables mais moins bonnes. J'en fais du jus, une sorte de lemon curd, ou je les mange telles quelles, car elles se pèlent facilement.

■ **Pour des jus plus doux,** je choisis la valencia late ou la salustiana, juteuses et moins acidulées que les sanguines.

■ **Dans une salade,** j'utilise de grosses oranges de table comme la navel, qui donne de beaux quartiers longs et épais, faciles à peler. Ils sont peu juteux mais résistants. Je les passe 2 minutes à la poêle pour accompagner un magret de canard ou des médaillons de filet de porc.

■ **Même si elles sont très décoratives,** je préfère garder les oranges dans le bac à légumes du réfrigérateur, où leurs saveurs sont davantage préservées.

Mon poissonnier m'a dit :
"À ceux qui n'aiment pas les poissons d'élevage, je conseille la daurade grise. Pas trop chère, divine très fraîche, c'est-à-dire raide et brillante, il n'y a rien de mieux en croûte de sel !"
M. Buleau, à Paris.

ne fait son marché

LES MEILLEURS PRODUITS DE SAISON

Poissons
- ✓ Carrelet
- Huîtres
- Crevettes bouquet
- Sole
- Merlan
- ✓ Daurade

Fruits
- ✓ Orange
- ✓ Pomme
- ✓ Fruit de la passion
- Ananas
- Banane
- Physalis

Viandes
- ✓ Rognons
- ✓ Joue de bœuf
- ✓ Jarret de porc
- Palette de porc demi-sel
- Boudin
- Poularde
- Chapon

Légumes
- ✓ Panais
- ✓ Endives
- Topinambours
- ✓ Choux
- Brocoli
- Frisée
- Mâche
- Crosnes

Pleine saison · Début de saison · Fin de saison

Choux rouge et blanc en salade d'hiver

En cette période, les crudités sont peu variées. Je pense souvent aux choux, riches en nutriments.
■ **Je les choisis** lourds et bien pommés, avec des feuilles craquantes et luisantes. Les gros peuvent être achetés par moitiés.
■ **Leurs feuilles** sont très serrées et les traitements et impuretés n'y pénètrent pas. Après avoir retiré les deux ou trois premières feuilles, je les coupe en quartiers, puis je les émince.
■ **Le chou blanc** m'inspire souvent des recettes originales, par exemple façon salade de campagne avec des châtaignes brisées, des lamelles de magret fumé, des noix et des herbes ciselées.
■ **Le chou rouge** permet de composer des plats contrastés. Je le marie par exemple avec des pousses d'épinards. Comme dans le Nord, je le propose parfois en salade avec des morceaux de hareng fumé. S'il m'en reste un morceau, je le fais cuire, toujours avec un peu de vinaigre et du sucre pour qu'il garde sa belle couleur, et j'ajoute des raisins secs. Cet accompagnement original va bien avec le rôti de porc.

« Quand je prépare des blettes à la poêle ou en gratin, je les précuis à l'eau, mais je les sale très peu, car elles ont tendance à absorber le sel bien plus que les autres légumes. »

L'endive

- **Elle se choisit bien jaune.** Des reflets verts indiquent qu'elle a trop vu la lumière et risque d'être amère. Des marques rouges au niveau du talon signifient qu'elle a trop attendu. Il est alors préférable de les enlever en creusant un cône à la base de l'endive.
- **Inutile de les laver à grande eau,** car elles poussent généralement hors-sol et sans produits nocifs. Il suffit de retirer les premières feuilles avant de les émincer, pour en faire une salade ou les cuire au beurre.
- **Poêlez-les dans du sucre et du beurre,** coupées en deux dans la longueur et attendez qu'elles soient légèrement caramélisées.
- **En salade,** vous les apprécierez avec une vinaigrette originale au jus d'orange et au miel, mêlées avec des noisettes hachées ou accompagnées de copeaux de parmesan.

« Il m'arrive de me retrouver avec des fromages de chèvre qui ont trop séché au réfrigérateur : je les enveloppe dans un torchon imbibé d'eau salée pour leur redonner un peu de fraîcheur. »

Les rognons

- **Avec eux, pas de préparation** nécessaire ! Ils sont vendus parés, c'est-à-dire dégraissés, ouverts et nettoyés.
- **Ces abats fragiles** se mangent au sommet de leur fraîcheur quand ils sont bien brillants et de couleur uniforme.
- **Les rognons de bœuf** ont un goût marqué et se prêtent bien aux cuissons longues en sauce. Si leur odeur vous paraît forte, arrosez-les d'eau chaude vinaigrée.
- **Les rognons de veau** et d'agneau, plus fins peuvent être poêlés, entiers ou en morceaux. Servez-les légèrement rosés. Accommodez-les au vin blanc, à la crème et à la moutarde en grains. Vous pouvez aussi les préparer en persillade, pour les servir par exemple en salade tiède.

Le pignon, au mieux de sa forme

Sur les marchés, les vendeurs de fruits secs proposent souvent plusieurs variétés de pignons. C'est l'occasion de faire la différence entre le pignon asiatique, de forme un peu triangulaire, joli mais pas tellement goûteux, et le pignon méditerranéen qui se présente comme un mini bâtonnet. Ce dernier affiche une saveur intense et balsamique bien typée. On l'appréciera légèrement grillé, dans une salade, une farce ou concassé sur une semoule ou un riz au lait.

Le jarret de porc, pour faire plaisir aux copains

Il évoque la cuisine familiale ou de bistrot et rencontre toujours un franc succès auprès de mes convives.

■ **Avec un porc fermier** label Rouge, je suis sûre de la qualité. Quand j'en trouve, je choisis du porc bio car c'est un animal qui n'est pas toujours bien élevé. Le petit jarret avant est parfait pour un service à l'assiette ou pour 2 personnes. Le jarret arrière (1,2 à 1,5 kg) convient pour 4. Je compte large, car l'os pèse lourd.

■ **Ceux qui surveillent leur ligne** sont parfois effrayés par l'épaisse couenne du jarret. Qu'ils soient rassurés : sous cette masse, la chair est en réalité plutôt maigre.

■ **Au four,** j'apprécie les recettes un peu sucrées, avec du miel ou du sirop d'érable, qui font légèrement caraméliser la viande. Appétissant et succulent !

■ **Je prépare le jarret demi-sel** avec du chou ou des légumes anciens. Pour qu'il soit bien tendre, je le cuis au court-bouillon, puis je le passe au four à basse température. Et surtout, je le fais dessaler dès la veille.

« Je rince toujours les riz exotiques achetés en vrac, puis je les fais tremper 30 min, ce qui leur permet d'être bien tendres après cuisson, sans toutefois coller. »

Crème liquide ou crème épaisse ?
Dans les plats, la crème liquide apporte une saveur légère et très douce tandis que la crème épaisse, qui a bénéficié d'une maturation, se montre plus parfumée et légèrement acidulée. Seule la crème liquide permet d'obtenir de la chantilly.

Le carrelet

- **Appelé aussi plie,** ce poisson se conserve mal et perd vite sa fraîcheur.
- **Ce cousin de la sole** affiche un prix raisonnable. Achetez-le couvert de mucus bien brillant, avec des taches orange vif sur les nageoires et le dos, et avec des yeux saillants. Mangez-le le jour même pour préserver son goût.
- **Les plus petits** se cuisent entiers, au four, à la poêle, légèrement farinés et saisis dans du beurre, ou en papillotes pour une recette légère. Sur un carrelet de plus d'1 kg, le poissonnier peut lever quatre beaux filets sans arêtes.
- **Les gros spécimens** sont à faire griller sur la braise, idéalement à l'extérieur pour éviter les odeurs dans la maison. Une marinade à base de citron vert, sauce de soja et huile de sésame préserve bien son moelleux.

Vous choisissez vos menus de fête avec soin.
Et vos échalotes?

L'Echalote Traditionnelle, plus que jamais la garantie d'acheter de la Véritable Echalote.

La véritable échalote de nos terroirs, plantée et récoltée à la main, est le fruit d'un savoir-faire ancestral.

Ses qualités gustatives et culinaires inimitables subliment les viandes, poissons, crustacés, fruits de mer, salades et autres plats.
Voilà pourquoi les gourmets ne veulent qu'elle !
Pour la reconnaître, c'est facile, l'appellation « Echalotes Traditionnelles » sur l'étiquette garantit son authenticité.
Pour tout savoir sur ses bienfaits pour la ligne, la santé et découvrir ses recettes, rendez-vous sur www.echalotetraditionnelle.com

L'échalote traditionnelle, je ne veux qu'elle !

St-Jacques, fondue d'échalotes traditionnelles safranée

Recette de Solveig Darrigo-Dartinet
www.nutriveig.net

www.echalotetraditionnelle.com

Financé avec l'aide de la Communauté Européenne.

PUBLICIS ACTIV - RCS Paris B 337 894 483 - Crédit photo recette : Myriam Gauthier-Moreau - Crédit photo : Mixture - 028543

Fabienne **cuisine**

Original, le panais

- **Il ressemble à une grosse carotte** mais son goût est très différent, assez doux quoique relevé d'une touche légèrement anisée.
- **Choisissez-le très ferme,** surtout à l'extrémité, sans reflets jaunâtres, ni peau ridée signe qu'il n'est pas assez frais. Évitez les gros spécimens, parfois fibreux ou réservez-les aux soupes.
- **Gardez-le au frais** 4-5 jours, placé dans un sac en papier fermé qui le protégera du dessèchement.
- **Appréciez sa finesse** en le faisant sauter en rondelles à la poêle avec du beurre, du persil et de l'ail et gardez-le un peu croquant.

Moelleuse joue de bœuf

- **Considérée comme abat,** elle s'achète chez le tripier ou se commande quelques jours à l'avance chez le boucher.
- **Les meilleures** sont assez charnues et pèsent aux alentours de 600 g. Comptez au moins 200 g de viande par personne car la joue de bœuf a tendance à réduire lors de sa cuisson. Cette perte de poids est compensée par son prix assez économique.
- **On la fait mijoter** longuement à feu très doux. Après 3 h, la chair devient particulièrement fondante et se montre légèrement gélatineuse, à ne pas confondre avec un excès de gras.
- **Pratique,** elle peut être cuisinée à l'avance puis réchauffée, ce qui ne nuit pas à la qualité du plat. Elle est délicieuse en daube, découpée en gros morceaux, ou dans un pot-au-feu.

Pommes d'hiver, si bons desserts

- **La reinette grise du Canada** se reconnaît à sa peau couleur bronze, rugueuse et mate. Son allure un peu terne ne doit nullement décourager car elle est très parfumée. Sa chair fondante est la promesse de compotes veloutées et très savoureuses.
- **La belchard chantecler,** toute de jaune vêtue, est particulièrement aromatique, plutôt sucrée avec une petite pointe acidulée. Elle est parfaite en tarte où elle prend une appétissante teinte dorée.
- **La tentation** se reconnaît à sa forme un peu allongée et à son épiderme jaune légèrement moucheté de rose. Bien croquante et juteuse, elle est délicieuse crue et fait merveille en pomme au four car sa peau résistante lui permet de rester présentable.

La Pompadour Label Rouge

Un goût unique, goûtez et vous verrez !

HOMOLOGATION N°LA 09/01

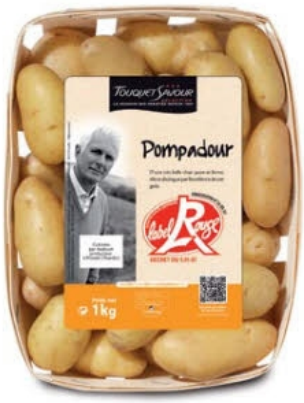
DECRET DU 5.01.07

Caractéristiques certifiées :
- variété sélectionnée pour sa tenue à la cuisson
- sans traitement après récolte

Certipaq : 11 Villa Thoreton - 75015 PARIS

CERTIFIÉ PAR Certipaq

Recettes et vidéos des producteurs



www.lapommedeterrepompadour.com

Service consommateurs : Association Pompadour Label Rouge - 23 rue de la Mairie - 80970 Sailly - Flibeaucourt

Velouté de panais légèrement asiatique

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 20 MIN

◆ 800 g de panais ◆ 1 blanc de poireau ◆ 60 g de beurre ◆ 2 cuil. à soupe de crème épaisse ◆ 2 cubes de bouillon pour soupe pho ◆ 6 rondelles de baguette tradition ◆ sel, poivre du moulin.

ÉPLUCHEZ les panais et coupez-les en cubes. Faites fondre le blanc de poireau émincé dans une casserole avec la moitié du beurre fondu. Ajoutez les panais, les cubes de bouillon, couvrez de 80 cl d'eau. Portez à ébullition et laissez cuire 15-20 min.

ÉCRASEZ le contenu de la casserole au mixeur plongeant en ajoutant si besoin un peu d'eau. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre puis incorporez la crème.

DÉCOUPEZ le pain en cubes. Faites-les dorer quelques minutes dans une poêle avec le reste de beurre chaud.

VERSEZ le velouté dans des bols, donnez quelques tours de moulin à poivre et parsemez de croûtons. Servez sans tarder pour déguster chaud.

DANS MON PANIER

Les cubes de bouillon pour soupe pho ont une saveur sucrée et épicée (épiceries asiatiques, site Asian Market).

Gratin de panais

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 50 MIN

◆ 1 kg de panais ◆ 1 gousse d'ail ◆ 1 litre de crème liquide ◆ 80 g de parmesan râpé ◆ 15 g de beurre ◆ 2 feuilles de laurier ◆ sel, poivre.

PRÉCHAUFFEZ le four à th. 6 (180 °C). Portez à ébullition la crème avec l'ail pelé et coupé en deux et le laurier. Laissez infuser quelques minutes.

ÉPLUCHEZ les panais et coupez-les en rondelles assez fines et régulières. Rangez-les dans un plat à gratin beurré, à la verticale, en les serrant bien.

FILTREZ la crème et mélangez-la avec le parmesan râpé. Répartissez sur les panais puis enfournez pour 45 min.

PLUS IL Y EN A, MIEUX C'EST

Préparez une version encore plus originale de ce gratin en mêlant plusieurs légumes anciens : panais bien sûr, mais aussi topinambours, patates douces, navets longs...

Terrine de joue de bœuf au foie gras

POUR 6 À 8 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 3 H - ATTENTE : 12 H

◆ 1,5 kg de joue de bœuf ◆ 50 cl de vin blanc sec ◆ 150 g de bloc de foie gras ◆ 1 pied de veau coupé aux articulations ◆ 3 carottes ◆ 1 blanc de poireau ◆ 1 oignon piqué de 3 clous de girofle ◆ 1 bouquet garni ◆ 1 c. à café de poivre en grains ◆ gros sel.

RASSEMBLEZ dans une cocotte les carottes pelées, l'oignon, le poireau ficelé, le pied de veau, le bouquet garni, le vin et le poivre. Couvrez d'eau, salez et portez à ébullition. Plongez la joue de bœuf dans le bouillon, couvrez aux trois quarts et laissez mijoter 3 h sur feu très doux.

ÉGOUTTEZ la joue de bœuf, les légumes et le pied de veau. Filtrez le bouillon et laissez-le refroidir.

EFFILOCHEZ grossièrement la viande, récupérez un peu de chair sur le pied de veau. Disposez la viande dans une terrine en alternant avec des rondelles de carottes, des cubes de foie gras et des lanières de poireau.

ÉLIMINEZ le gras en surface du bouillon, versez du liquide à hauteur sur la terrine. Réfrigérez au moins 12 h. Présentez en tranches épaisses avec une salade de pousses d'épinards.

MIEUX QUE LES CORNICHONS

Servez-la avec des petites cerises au vinaigre ou des grosses câpres à l'italienne. À tester aussi escortée d'un chutney de pommes.

L'atelier des Chefs & Cuisine Actuelle

NOUVEAU

Cours de cuisine en direct en ligne

OFFRE SPECIALE CUISINE ACTUELLE

2 mois de cours offerts sur votre abonnement
soit moins de 0,60€ le cours

- Abonnement de 6 mois + **2 mois offerts** par Cuisine Actuelle
- **3 cours par semaine en direct** + l'accès à tous les replays
- Un **chef en direct** à qui poser mes questions
- Mon dîner pour 4 prêt à la fin du cours

Rejoignez-nous sur :
live.cuisineactuelle.fr

Joue de bœuf braisée au vin blanc

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 3 H

◆ 800 g de joue de bœuf ◆ 50 cl de vin blanc ◆ 5 cl de vinaigre ◆ 1 blanc de poireau ◆ 2 carottes ◆ 200 g de champignons de Paris ◆ 1 oignon ◆ 1 côte de céleri ◆ 1 bouquet garni ◆ 4 brins de persil plat ◆ 4 cuil. à soupe d'huile d'olive ◆ sel, poivre.

FAITES REVENIR le poireau et les carottes pelées et taillées en rondelles dans une cocotte et la moitié de l'huile chaude. Réservez.

COUPEZ la joue de bœuf en gros morceaux. Salez-les et poivrez-les. Dans la même cocotte, faites-les dorer 10 min dans le reste d'huile chaude avec l'oignon émincé et le céleri coupé en morceaux. Ajoutez le vin et le vinaigre et portez doucement à ébullition sans couvrir. Laissez mijoter 10 min.
AJOUTEZ le mélange de carottes et de poireau dans la cocotte puis les champignons coupés en morceaux puis le bouquet garni. Salez et poivrez. Couvrez et laissez cuire au moins 2 h 30 sur feu très doux. Parsemez de persil rincé et effeuillé juste avant de servir.

BIEN ACCOMPAGNÉ

Servez ce plat avec une écrasée de pommes de terre à l'huile d'olive ou pour une version plus légère, de carottes et poireaux cuits à la vapeur et assaisonnés d'une noisette de beurre.

Filets mignons de porc aux pommes et roquefort

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 25 MIN

◆ 2 filets mignons de porc ◆ 2 pommes ◆ 40 g de raisins secs ◆ 40 g de noisettes ◆ 6 pruneaux moelleux ◆ 1 oignon ◆ 100 g de roquefort ◆ 30 g de beurre ◆ 1 c. à s. d'huile ◆ sel, poivre.

PLONGEZ les raisins secs dans un bol d'eau. Pelez les pommes et coupez-les en dés assez petits. Poêlez-les avec l'oignon haché dans le beurre chaud. Salez puis poivrez.
RETIREZ du feu, mélangez avec les pruneaux dénoyautés et détaillés en petits dés, les noisettes grossièrement hachées et les raisins égouttés.
CHAUFFEZ le four sur th. 6 (180 °C). Fendez les filets mignons dans la longueur. Garnissez-les de petits morceaux de roquefort et de farce. Ficelez-les pour emprisonner la farce autant que possible. Déposez les filets mignons dans un plat à four, badigeonnez-les d'huile. Laissez-les cuire pendant 20 min dans le four chaud.

RIEN NE SE PERD

S'il reste de la farce, éparpillez-la dans le plat autour des filets mignons et arrosez à mi-cuisson avec 10 cl de bouillon de volaille ou de cidre.

Millefeuilles de pomme rôtie au chèvre

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 20 MIN

◆ 4 grosses pommes ◆ 30 g de raisins secs ◆ 30 g de pignons ◆ 250 g de bûche de chèvre ◆ 30 g de beurre ◆ 2 cuil. à soupe de miel liquide ◆ sel, poivre.

CHAUFFEZ le four sur th. 6 (180 °C). Rincez et épongez les pommes. Découpez-les en tranches épaisses avant de les épépiner. Badigeonnez-les de beurre fondu, salez et poivrez. Laissez cuire 10 min sur la plaque du four.
RÉHYDRATEZ les raisins dans de l'eau tiède. Ôtez la croûte du chèvre et coupez la bûche en rondelles. Disposez-les sur les tranches de pommes, ajoutez les raisins égouttés et les pignons. Cuisez 10 min.
RECONSTITUEZ les pommes sur assiettes en superposant les tranches, arrosez de miel et servez aussitôt.

D'AUTRES SAVEURS

Pas envie de chèvre ? Garnissez les pommes de ronds de cheddar fermier ou de fromage à raclette.

Le géromé, munster vosgien

Cette déclinaison du munster alsacien se révèle en cuisine.

Secrets de fabrication

À l'instar de nombreux fromages, le munster est apparu dans les monastères du massif vosgien au VIIe siècle. En patois, on l'appelle géromé, nom tiré de la ville de Gérardmer. L'AOC munster-géromé existe depuis 1969, et sa zone d'appellation couvre sept départements : Bas-Rhin, Haut-Rhin, Vosges, Meurthe-et-Moselle, Moselle, Haute-Saône et Territoire de Belfort. Le lait cru de vache, additionné de ferments et de présure, est chauffé doucement. Le caillé obtenu est cassé puis moulé à la main. Son affinage ne commence qu'après démoulage. Les géromés sont ensuite placés en cave, de deux semaines à deux mois, pendant lesquels ils sont régulièrement lavés à l'eau.

Bien le choisir

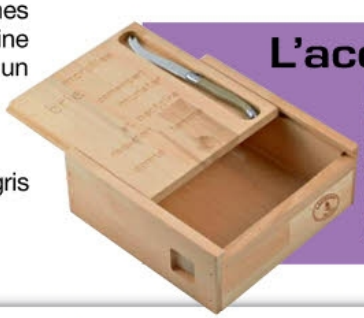
Sa croûte, qui va du jaune orangé au rouge, est lisse et humide. Sa pâte doit être souple sous les doigts. Son odeur est forte, mais pas désagréable, et sa saveur est franche et unique.

Il se déguste

Traditionnellement, sans pain. Le géromé se sert directement sur des pommes de terre en robe des champs. Il se cuisine aussi dans une quiche, une tourte ou un gratin. Il se marie bien avec du cumin.

Les bons accords

Choisissez un vin blanc d'Alsace, pinot gris ou gewurztraminer, ou une bière.



L'accessoire indispensable

La boîte à fromages

Équipée d'un couvercle coulissant gravé qui accueille un couteau, cette boîte en hêtre naturel est équipée de deux grilles d'aération, l'idéal pour garder les insectes à distance.
Laguiole Jean Dubost, 67 €, grandes surfaces.

Et aussi…

Roquefort Baragnaudes
Édition limitée

Fabriqué à Roquefort-sur-Soulzon dans les caves de Société, c'est le produit haut de gamme de la marque. Cinq mois d'affinage et de maturation sont nécessaires à son élaboration, au lieu des trois mois requis par l'AOC roquefort. Seul le cœur a été prélevé. Résultat : texture onctueuse, couleur ivoire, arômes miellés et goût délicat.

À savourer avec un vin blanc moelleux, un jurançon ou un coteaux du layon par exemple.

Gaperon
Le "nichon de belle-mère"

Ce fromage auvergnat au lait de vache, cru ou pasteurisé, entier ou écrémé, poivré et pétri avec de l'ail, est arrosé de babeurre pendant l'affinage. Sa pâte devient élastique, et sa croûte sèche et dure. Sa saveur est rude et piquante, au point qu'il faut le déguster seul (les autres semblent insipides) sur un pain de campagne.

Il se marie parfaitement avec un vin puissant comme un cahors ou un corbières.

Gratte-paille
Triplement bon

De la famille des triples crèmes, ce produit francilien présente une croûte bien fleurie et un goût relevé de crème. Fait en Seine-et-Marne à partir de lait de vache, il contient près de 70 % de matières grasses. Pour profiter de son onctuosité, servez-le avec de la baguette toastée.

Dégustez-le avec un vin rouge de Loire.

Réalisation : Fabienne Haberthur

Fondues

Salées ou sucrées, au fromage, à la viande ou au poisson, elles n'en finissent pas de nous faire fondre. Nos recettes pour faire trempette.

Fondue marine en bouillon thaï

Bien s'équiper

Servez la fondue au fromage dans un caquelon en céramique, marmite plate et à large ouverture. Pour chauffer l'huile ou le bouillon, optez pour un récipient petit, haut et lourd qui sera plus stable. Privilégiez un modèle antiprojections et à encoches pour les fourchettes. Ces dernières doivent être à deux dents et à long manche. Pour les sauces et petits ingrédients, prévoyez une batterie de coupes et de ramequins.

On la sert avec...

...ce sauvignon blanc né dans le Languedoc. Il a des arômes de feuilles et de fleurs blanches. Un blanc frais et vif qui calme le feu du piment et accompagne avec finesse les crevettes et autres fruits de mer. *Sauvignon 2011, Fumées blanches, 4,95 €, Carrefour.*

tout schuSS

Aux origines de la fondue

En Suisse, on mange du fromage fondu sur du pain depuis des siècles. Mais c'est surtout depuis les années cinquante que cette spécialité connaît un succès grandissant, renforcé par la démocratisation des sports d'hiver dans les années soixante-dix. La fondue est le plat convivial par excellence. Selon les goûts, on la prépare avec du fromage ou de la viande, comme la fondue bourguignonne, elle aussi originaire de Suisse.

Fondue à la truffe noire

On la sert avec…

…un vin tiré du grenache blanc et de la clairette, aux notes de noisette et de pêche, tel ce côtes-du-rhône-villages. *Cairanne 2011, Dentelles de Camille, 16,90 €, cavistes.*

Recettes pages suivantes

Un dip chaud à l'apéritif

Pour changer, servez la fondue en amuse-bouche ! Proposez une recette au fromage dans un caquelon posé sur un buffet, ou répartissez-la dans des mini cocottes. Une boîte de vacherin ou de camembert passée au four et posée sur la table basse peut également faire office de dip. On y trempe toutes sortes de petites bouchées : rouleaux de viande des Grisons ou de jambon sec, pommes de terre grenailles avec leur peau, pointes d'asperges, légumes nains, petits champignons…

Fondue au chèvre et petits légumes

On la sert avec…

…un blanc bio du sud de la Loire tiré du sauvignon et vinifié pour conserver une finale tendre, très agréable sur cette recette de fondue au chèvre. *Blanc d'Hiver 2012, Ampelidæ, 6 €, Biocoop et cavistes.*

On la sert avec…

…un beau rouge aux arômes de cassis, de mûre et de pruneau. Sa finale poivrée se marie bien avec ce plat typé. *Côtes-du-rhône 2011, Laurent B, Domaine Brusset, 6 €, domaine et cavistes.*

Fondue de l'Atlas en bouillon épicé

Quelles viandes pour ma fondue ?

Pour une cuisson à l'huile ou au bouillon, on choisit des morceaux qui cuisent vite tout en restant tendres, coupés en cubes de 2-3 cm de côté ou en fines lamelles. Optez pour du bœuf (filet, cœur de rumsteck, contre-filet, aloyau ou aiguillette), du porc (filet mignon, escalope), du veau (noix, sous-noix) ou de l'agneau (gigot ou épaule).

La fondue sucrée

En version sucrée, elle se prépare le plus souvent avec du chocolat, mais pas toujours ! On en fait aussi au caramel et avec du sirop d'érable (fondues servies chaudes), ou on fait "trempette" dans un coulis de fruits rouges (fondue froide). Des recettes ludiques font appel à des ingrédients moins conventionnels : bonbons cultes comme les Carambar ou les Daim, Toblerone, Nutella… On les sert avec des fruits frais comme dans cette recette au chocolat blanc, de la guimauve ou de la brioche.

Fondue au chocolat blanc et à l'amande

On la sert avec…

…ce sauternes nouvelle tendance, plus léger et vif, moins sucré et plus gouleyant. Ce vin doré a un nez de fruits exotiques frais et une bouche ronde et bien équilibrée. *Sauternes Bastor-Lamontagne SO, 13 €, en grandes surfaces.*

À l'asiatique

La fondue asiatique est un plat raffiné. Des ingrédients découpés avec soin sont cuits dans un bouillon parfumé. Au Japon, elle a pour nom *shabu-shabu* (du bruit que fait la viande plongée dans le bouillon chaud), *yosebane* (littéralement "rassemblement de petites choses"), ou *hakunaisi nabe* (du nom du plat de cuisson). En Chine, on la fait avec du bœuf. La marmite mongole contient aussi des fruits de mer. En Inde, elle met à l'honneur légumes et agneau.

Shabu-shabu, sauce aux graines de sésame

On le sert avec...

...une cuvée originale de mousseux. Tiré du cabernet franc du grenache et du carignan, ce rosé sec à bulles, fruité et épicé, a une bouche acidulée. *Spicy Bubbles rosé, 5,90 €, chez les cavistes.*

Sécurité maximum

Placez le réchaud sur une surface plane et stable. Préférez un appareil électrique ou à pâte inflammable, moins dangereux que ceux à alcool. Ne rechargez le réchaud que quand il est complètement froid. Faites chauffer les fromages et liquides à la cuisine. Versez les condiments et les sauces dans des ramequins bien répartis pour que les convives puissent se servir plus facilement. Donnez des conseils de sécurité aux enfants et surveillez-les.

On la sert avec...

...un vin doux naturel rosé, frais et fruité, suave aussi bien à l'apéritif que sur le dessert. *Rasteau rosé, Ortas, 7,90 €, au domaine.*

Fondue chocolat-caramel aux fruits

■ **Adresses en fin de numéro**

Recettes pages suivantes

Les in10spensables

Régal assuré et service parfait avec nos produits et ustensiles malins.

Bien orchestrée

Une grande assiette en verre à compartiments pour mettre d'un côté les petites sauces et de l'autre la viande et les légumes.

Assiette Pupitre, 30 x 27 cm, 12,80 €, Gers Équipement.

En duo

Cet appareil à thermostat comprend un caquelon avec deux fourchettes à fondue et un panier-vapeur.

Fondue et vapeur, Toi et Moi, 1,35 l, 800 W, 60 €, Tefal.

Prêts à l'emploi

Tendres, ces morceaux de bœuf qu'on fait frire à l'huile ! Quelques petites sauces et votre fondue bourguignonne est prête.

Cubes de bœuf Charal, 12,50 € (3-4 personnes), en grandes surfaces.

Pots gourmands

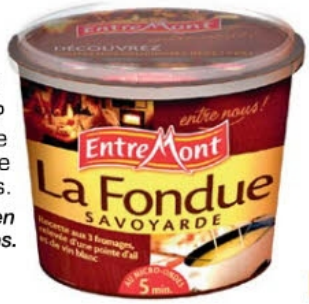
Chocolat blanc, noir et orange ou lait-caramel : ces fondues sucrées donnent envie d'y tremper fruits frais ou secs et pain d'épice.

16,40 € le pot de 30 g (3-4 personnes), Mazet.

Double fonction

À la fois appareil à fondue et friteuse, ce combiné a une cuve antiadhésive avec une résistance intégrée qui diffuse bien la chaleur.

Cuve 1,2 l, 900 W, pour 6 personnes, 22 x 21 x 27 cm, 60 €, Riviera & Bar.



Express

Vous n'avez ni le temps ni l'équipement pour la faire ? Cette fondue savoyarde prête à l'emploi se chauffe en 5 min au micro-ondes.

Entremont, 5,95 € les 600 g, en grandes surfaces.

Incontournable

Avec leur manche en silicone résistant à la chaleur, ces fourchettes colorées sont parfaites pour toutes les fondues.

11 € les 6, Mastrad.

Spécial shabu-shabu

Une fois que les ingrédients sont cuits dans le bouillon, on les trempe dans cette sauce traditionnelle à base de sauce de soja brassée, de jus de yuzu et de sésame.

Sesame yuzu dressing, 9,40 € les 220 ml, Éric Bur, épiceries fines.

Fruitée

Le petit pot de grès est agréable sur la table, et la moutarde enrichie de cranberries apporte à la viande un goût acidulé.

Moutarde Pommery à l'ancienne, 2,80 € le pot de 100 g, épiceries fines.

Pratiques

Ces petites louches individuelles permettent d'attraper facilement viande, poisson et légumes, puis d'égoutter le maximum de leur bouillon ou de leur huile.

Louches à fondue Inox, 15 € les 4, Combrichon.

Réalisation : Marie Fiess

Fondue marine en bouillon thaï

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 30 MIN
CUISSON : 35 MIN

◆ 12 grosses crevettes crues ◆ 1,2 kg de poissons blancs à chair ferme (turbot, lotte…) ◆ 1 tomate ◆ 1 carotte ◆ 2 cives ◆ 2 tiges de citronnelle ◆ 3 cm de gingembre frais ◆ 30 cl de vin blanc sec ◆ 10 cl de saké ◆ 1 cuil. à s. d'huile ◆ 1 cuil. à s. de concentré de tomate ◆ 1 cuil. à café de purée de piments sambal oelek ◆ sel, poivre en grains.

DEMANDEZ au poissonnier de lever les filets de poisson et de garder les arêtes et les parures. Décortiquez les crevettes en gardant les extrémités des queues. Écrasez les têtes et les carapaces au pilon.
FAITES RÉDUIRE le vin et le saké de moitié. Taillez la citronnelle en fines rondelles (jetez le bout fibreux). Émincez le gingembre et les cives. Râpez grossièrement la carotte et concassez la chair de la tomate.
FAITES REVENIR les arêtes et parures de poisson avec les têtes et carapaces de crevettes pilées 5 min dans l'huile sans les faire colorer. Ajoutez les carottes, le gingembre, les cives et la citronnelle. Remuez 5 min. Versez le mélange de vin et de saké, 50 cl d'eau froide, le concentré de tomate, du sel et du poivre concassé. Laissez frémir 20 min à découvert. Filtrez, ajoutez la chair de tomate et la purée de piments. Cuisez 5 min.
COUPEZ les filets de poisson en morceaux de biais. Versez le bouillon dans un caquelon. Posez-le sur le réchaud et laissez le bouillon frémir. Les convives y feront cuire les morceaux de poisson et les crevettes à l'aide d'une pique en bois.

CONSEIL Le sambal oelek, mélange de pâte de piments, de vinaigre et d'épices, est très utilisé en Indonésie. Il s'achète dans les épiceries asiatiques. À défaut, optez pour une pâte de piments rouges antillaise ou une pâte de piments d'Espelette.

Fondue à la truffe noire

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 35 MIN

◆ 400 g de gruyère suisse ◆ 200 g de vacherin de Fribourg ◆ 200 g d'appenzeller ◆ 30 cl de vin blanc sec ◆ 3 cuil. à café de fécule de maïs ◆ 1 petite conserve de pelures de truffes ◆ 2 petites truffes fraîches (ou en boîte) ◆ 800 g de pain de campagne un peu rassis ◆ noix de muscade râpée ◆ fleur de sel, poivre du moulin.

RETIREZ les croûtes des fromages. Râpez grossièrement le gruyère et l'appenzeller. Mélangez-les avec le vacherin découpé en dés. Émincez les truffes en fines lamelles. Faites griller le pain tranché, puis coupez-le en petits morceaux.
VERSEZ le vin blanc dans un caquelon (gardez 3 cuil. à soupe) et portez à ébullition. Versez la fécule de maïs délayée dans le vin réservé. Tournez et cuisez jusqu'à ce que le mélange épaississe et devienne opaque. Allumez le réchaud de l'appareil à fondue.
REMUEZ sur feu doux et versez peu à peu le fromage. Laissez fondre une vingtaine de minutes. Quand la masse devient crémeuse et filante, ajoutez les pelures de truffes avec leur jus, de la muscade et du poivre.
POSEZ le caquelon sur le réchaud. Invitez les convives à tremper le pain piqué sur une fourchette dans la fondue. Dégustez-le garni de lamelles de truffe, salé et poivré. Pensez également à tourner la fondue de temps en temps.

CONSEIL Accentuez les saveurs de la fondue en ajoutant 1 à 2 gouttes d'arôme naturel de truffe noire.

Fondue au chèvre et petits légumes

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 30 MIN
CUISSON : 25 MIN

◆ 4 tranches de jambon de dinde ◆ 4 crêpes au sarrasin ◆ 200 g de chèvre frais ◆ 200 g de tomme de chèvre au lait cru ◆ 100 g de fromage frais (ail et fines herbes) ◆ 10 cl de crème fleurette ◆ 5 cl de vin blanc (touraine) ◆ 8 mini carottes fanes ◆ 12 tomates cerises ◆ 20 mini légumes ◆ 1 brin de thym ◆ 4 champignons de Paris ◆ 1/2 citron ◆ sel, poivre du moulin.

TARTINEZ le fromage aux herbes sur les crêpes et ajoutez 1 tranche de jambon. Roulez, enveloppez de film étirable et glissez au frais.
CUISEZ les carottes pelées avec leurs fanes 10 min et les légumes 5 min dans de l'eau bouillante salée. Piquez les tomates sur des bâtonnets.
PLONGEZ les champignons coupés en lamelles 1 min dans de l'eau bouillante salée et citronnée. Égouttez-les. Sortez les crêpes de leur film. Coupez-les en tronçons et piquez-les sur des bâtonnets avec 1 lamelle de champignon.
ÉLIMINEZ la croûte de la tomme. Coupez-la en tout petits dés. Émiettez le chèvre frais. Faites chauffer le vin blanc. Ajoutez les deux fromages et laissez fondre sur feu doux en remuant. Incorporez la crème. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
VERSEZ la crème de chèvre dans un caquelon avec le thym. Posez-le sur le réchaud allumé à feu très doux. Invitez les convives à tremper les brochettes dans le fromage.

CONSEIL On trouve de nombreux mini légumes : navets, courgettes, poireaux, fenouils… Utilisez une tomme de chèvre mi-dure. À défaut, prenez du chèvre frais cendré.

+ 10 recettes de fondues salées et sucrées

cuisineactuelle.fr

Fromages, langoustines, bœuf, chocolat… On peut faire des fondues avec à peu près tout. Piochez dans nos idées de recettes, rubrique Dossiers gourmands / Tendance cuisine.
Pour accéder directement, flashez le code ci-dessus avec votre smartphone.

Fondue de l'Atlas en bouillon épicé

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 30 MIN
CUISSON : 55 MIN
MARINADE : 1 NUIT

Le bouillon : ◆ **2 courgettes** ◆ **1 oignon** ◆ **1 citron** ◆ **2 gousses d'ail** ◆ **250 g d'agneau avec os** ◆ **1 feuille de laurier** ◆ **1 bouquet de coriandre** ◆ **huile, poivre en grains. Les brochettes :** ◆ **1 kg d'épaule d'agneau (en cubes)** ◆ **1 radis noir** ◆ **1 oignon** ◆ **thym** ◆ **1 cuil. à c. de graines de cumin + 1 de coriandre** ◆ **harissa.**

LA VEILLE, faites mariner au frais la viande des brochettes arrosée d'huile avec l'oignon haché, 1 pincée de thym, 1 pointe de harissa, le cumin, la coriandre et du poivre concassés.

LE JOUR-MÊME, placez la viande du bouillon coupée en morceaux, les os, l'oignon émincé, l'ail pelé, le laurier, la coriandre ciselée, du poivre concassé et 2 cuil. à s. d'huile avec 1,5 l d'eau dans une marmite. Portez à frémissements et écumez. Laissez mijoter à couvert 45 min. Salez à mi-cuisson.
COUPEZ le radis et les courgettes en rondelles. Alternez les cubes d'agneau et le radis sur des brochettes en bois. Portez à frémissements le bouillon filtré et dégraissé. Ajoutez le jus du citron et les courgettes. Cuisez 8-10 min.
INVITEZ les convives à cuire les brochettes dans le bouillon avec les courgettes sur un réchaud.

Fondue au chocolat blanc et à l'amande

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 10 MIN
CUISSON : 15 MIN

◆ 300 g de chocolat blanc à pâtisser ◆ 10 cl de lait d'amande ◆ 20 cl de crème fleurette ◆ 2 cl d'amaretto (facultatif ou 3 gouttes d'essence d'amande amère) ◆ framboises ◆ fraises ◆ tranches de clémentines (ou mandarines) ◆ gâteau au chocolat ◆ pain d'épice ◆ brioche ◆ guimauve.

FAITES CHAUFFER le lait d'amande et la crème fleurette dans un caquelon. Ajoutez peu à peu le chocolat en remuant sans cesse hors du feu.
REPLACEZ le caquelon sur feu doux quand le chocolat a fondu et remuez pour lisser la préparation. Versez l'amaretto. Posez le caquelon sur un réchaud allumé sur feu très doux.
INVITEZ les convives à tremper dans la fondue les fruits, la guimauve, le gâteau au chocolat, la brioche et le pain d'épice découpés en cubes.

CONSEIL Gâteaux et brioche doivent être un peu rassis pour avoir de la tenue. Passez éventuellement les cubes au four à 80 °C pour les dessécher un peu.

Shabu-shabu, sauce aux graines de sésame

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 35 MIN
CUISSON : 20 MIN

◆ 800 g de bœuf ◆ 1 chou chinois ◆ 1 poignée d'épinards ◆ 12 shiitakés séchés ◆ 1 daikon (radis blanc) ◆ 200 g de soja ◆ 1 feuille d'algue kombu ◆ 1 l de bouillon de volaille ◆ mirin (vinaigre de riz) ◆ sucre en poudre. La sauce : ◆ **8 cuil. à s. de graines de sésame ◆ 3 cuil. à s. de saké ◆ 2 cuil. à s. de sauce de soja ◆ 4 cuil. à s. de persil japonais. L'omelette :** ◆ **4 œufs ◆ 4 cuil. à s. de dashi (pâte pour bouillon) ◆ huile ◆ sel.**

RÉHYDRATEZ les shiitakés à l'eau bouillante et l'algue à l'eau froide 30 min. Coupez le chou en lanières. Ébouillantez 30 secondes les épinards, le soja et le chou. Rafraîchissez-les.
FAITES GRILLER le sésame à la poêle. Écrasez-le et mélangez-le avec 2 cuil. à c. de sucre, le saké, 2 cuil. à soupe de sauce de soja, 2 cuil. à c. de mirin et le persil.
BATTEZ les œufs avec le dashi, 2 cuil. à café de mirin, 1 cuil. à café de sucre et du sel. Cuisez en omelette moelleuse dans une poêle huilée.
COUPEZ le bœuf en fines lamelles. Portez à ébullition le bouillon avec le kombu. Ajoutez les légumes. Disposez sur un réchaud. Invitez les convives à y cuire la viande en la tournant deux fois (shabu-shabu). Servez avec l'omelette coupée en morceaux, le daikon râpé et la sauce au sésame.

Fondue chocolat-caramel aux fruits

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 10 MIN
CUISSON : 10 MIN

◆ 1 kg de fruits de saison (poire, raisin, banane, ananas, kiwi, litchi) ◆ le jus d'1 citron ◆ 6 crêpes sucrées. La fondue : ◆ **350 g de chocolat amer ◆ 50 g de sucre ◆ 15 cl de lait entier ◆ 10 cl de crème liquide ◆ 50 g de beurre ◆ 2 cuil. à café de vanille liquide.**

PRÉPAREZ et découpez les fruits en gros dés. Citronnez les plus fragiles. Coupez les crêpes en lanières. Roulez-les et enfilez-les sur des piques.
RÂPEZ le chocolat. Portez à ébullition le lait dans une petite casserole à fond épais. Préparez un caramel sombre avec le sucre humidifié. Versez le lait chaud en remuant hors du feu. Replacez sur feu doux en remuant, puis ajoutez peu à peu le chocolat.
INCORPOREZ le beurre coupé en cubes dans le chocolat fondu. Retirez la casserole du feu quand la préparation est parfaitement lisse. Incorporez la crème liquide et parfumez de vanille.
VERSEZ la sauce au chocolat dans un caquelon. Posez-le sur un réchaud réglé sur feu très doux.
INVITEZ les convives à y tremper les dés de fruits et les brochettes, en les tournant délicatement pour les envelopper d'une onctueuse couche de chocolat.

Tous vos rendez-vous Cuisine

EN KIOSQUES

FÊTES SUBLIMES

■ **Chic et facile :** des menus de réveillon qui en jettent.

■ **Inratables :** nos recettes féeriques de saint-jacques.

■ **Glamour :** la bûche et ses 3 variations de Christophe Michalak.

■ **Irrésistibles :** petits et gros gâteaux blancs comme neige.

Gala Gourmand n° 131, 3,90 €.

SPÉCIAL CHOCOLAT

■ **C'est mortel !** 30 recettes irrésistibles au chocolat.

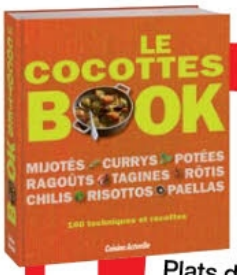
■ **Foie gras :** vous ne l'avez jamais cuisiné comme ça !

■ **Jeux gourmands :** faciles et décalées, nos idées pour le réveillon.

■ **Ça brille :** 5 plats de fêtes à la feuille d'or.

Intense n° 5, 3,90 €.

EN LIBRAIRIE



Le Cocottes Book

Redécouvrez le plaisir de la cuisine mijotée. Plats du terroir, tels les ragoûts soupes et autres potées, ou plats exotiques (tajine, curry, chili), il y en a pour tous les goûts ! Plus de 160 recettes délicieuses et de nombreuses techniques pour apprendre à préparer une cuisine familiale et économique sans passer des heures aux fourneaux.

• *Le Cocottes Book,* éditions Prisma/Cuisine Actuelle, 256 pages, 19,95 €, en librairie et dans les rayons livres.

Le Livre d'or de la cuisine végétarienne

Comment concilier cuisine végétarienne, équilibre et plaisir, tous les jours et sans se compliquer la vie ? Ce livre d'or offre plus de 600 pages de recettes originales, des pas à pas illustrés et des conseils pour une cuisine gourmande et innovante.

• *Le Livre d'or de la cuisine végétarienne,* éditions Prisma/Cuisine Actuelle Prestige, 600 p., 26,50 €, librairies, rayons livres et sur www.editions-prisma.com

GUIDE CUISINE

• Réveillon express et bon : un super menu du 31 préparé en un rien de temps ! • Bons petits plats revigorants : mijotés, gratinés, les meilleures idées qui réchauffent • Divin, le menu d'Éric Léautey : chou, bœuf et même banane prennent un succulent bain de vapeur.

Guide Cuisine *n° 259, 2,50 €, en vente le 18 décembre.*

Apéritif en duo aux accents du Sud

Réchauffez l'hiver avec un cocktail anisé et des toasts de fenouil aux olives et anchois.

Provençal, l'apéritif anisé ? Pas seulement ! Si le mot pastis vient du provençal (il signifie "mélange"), cet alcool est plus largement une spécialité du sud-est de la France, en particulier de Marseille. Mais d'autres régions de France et du monde en fabriquent également. Notamment la Franche-Comté, avec l'anis de Pontarlier ou l'absinthe, produite aussi dans le Jura suisse voisin. À l'étranger, on trouve des alcools anisés dans les pays du bassin méditerranéen (mastika en Bulgarie, ouzo en Grèce, raki en Turquie, sambuca en Italie), mais aussi en Colombie (aguardiente) et au Vietnam (asianis).

LE COCKTAIL

Pour 1 verre

VERSEZ 2 cl d'apéritif anisé, 2 cl de sirop de canne et 2 cl de jus de citron (de Menton si possible). Ajoutez 10 cl d'eau et quelques glaçons.
GARNISSEZ avec une fine tranche de fenouil plongée au préalable dans un bol d'eau fraîche citronnée.

Canapés provençaux

Pour 12 canapés ◆ ÉMINCEZ finement 1 bulbe de fenouil et 1 oignon. Faites-les confire 20 min à feu doux avec 2 cuil. à soupe d'huile d'olive, du sel et du poivre. Ajoutez 6 olives noires (de Nice) dénoyautées et concassées. Laissez refroidir. ◆ DÉCOUPEZ à l'emporte-pièce 12 mini-canapés ronds dans du pain de mie. ◆ TARTINEZ-les de rouille en pot. Garnissez-les de fondue de fenouil aux olives, d'un demi-filet d'anchois et de feuilles de thym frais.

Bouchées et gou

Roulés de saumon fumé

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
REPOS DE LA PÂTE : 1 H
CUISSON : 10 MIN
RÉFRIGÉRATION : 1 H

MÉLANGEZ 2 **œufs,** 100 g de **farine** et 1 cuil. à café de **citronpeppar** (zeste de citron et poivre mêlés, sur le site Swedishop). Délayez avec 20 cl de **lait,** puis incorporez 20 g de **beurre** fondu. Laissez reposer la pâte 1 h.

CUISEZ quatre crêpes dans une crêpière **huilée.** Laissez-les tiédir. Tartinez-les de 100 g de **fromage frais** parfumé d'**aneth** ciselé. Recouvrez de tranches de **saumon fumé.** Roulez les crêpes bien serrées et emballez-les dans du film alimentaire. Glissez au frais 1 h.

COUPEZ les crêpes en tranches épaisses. Proposez-les sur des piques en bambou, décorées d'**œufs de saumon** et d'un plumet d'aneth.

DÉCO DE CHARME

Misez sur des couleurs douces, associées à une touche d'or pour la note chaude et festive. La bonne idée : des bougies de toutes tailles et des photophores improvisés dans des verres à pied habillés de supports à gâteau en carton doré (sur le site Meilleurduchef). Côté vaisselle, le serviteur muet a la cote. Si vous n'en avez pas, le plat de présentation à trois étages en verre (chez Ikea) est parfaitement approprié. Pensez aussi à de petites compositions fleuries qui n'encombreront pas la table.

élégantes rmandes

Ambiance raffinée et mets exquis à picorer : offrez-vous un réveillon cosy et chaleureux.

Mini feuilletés chèvre et figue

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 10 MIN
CUISSON : 20 MIN

DÉROULEZ 1 **pâte feuilletée.** Découpez-y douze petits cercles à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un petit verre. Posez-les sur une plaque couverte de papier sulfurisé et piquez-les avec une fourchette. Posez dessus 1 rondelle de **bûche de chèvre.** Arrosez d'1 filet d'**huile d'olive** et **poivrez.** Cuisez 10 min au four préchauffé à th. 6 (180 °C).
SORTEZ la plaque du four. Surmontez les feuilletés d'1 quartier de **figue.** Enfournez à nouveau et cuisez 10 min. Servez les feuilletés chauds ou tièdes.

Tempura de crevettes et p'tite salade Asia

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 15 MIN

PRÉPAREZ la salade. Mélangez 120 g de **germes de soja,** 3 **oignons nouveaux** ciselés, la chair d'1 **mangue** coupée en dés et 40 g de **copeaux de noix de coco.** Arrosez du jus d'1 **citron vert** mélangé à 3 cuil. à soupe de **sauce nuoc-mâm** et 1 cuil. à café de **sucre.**
PRÉPAREZ la tempura. Fouettez 1 **jaune d'œuf** avec 15 cl d'eau très froide. Incorporez 120 g de **farine** et 1 pincée de **sel** sans trop mélanger.
TREMPEZ 24 queues de **crevettes crues** décortiquées dans cette pâte. Faites-les frire 2-3 min par petites poignées dans un **bain de friture** chauffé à 180 °C. Égouttez et servez chaud avec la salade.

Profiteroles de rosbif et fromage frais

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 30 MIN

PRÉPAREZ les choux. Portez à ébullition 12 cl d'eau froide, 40 g de **beurre** et 1/2 cuil. à café de **sel.** Retirez du feu et incorporez 75 g de **farine.** Faites dessécher 1 min à feu doux en remuant. Laissez tiédir 2 min, puis incorporez 2 **œufs** en mélangeant vivement. Déposez six gros tas de pâte sur une plaque couverte de papier cuisson. Cuisez 25 min à th. 6 (180 °C) à chaleur tournante. Laissez refroidir.
FENDEZ les choux. Fourrez-les avec 150 g de **fromage Philadelphia poivré,** 6 tranches fines de **rosbif** froid et quelques feuilles de **mesclun.**

L'ai-je bien noué ?

Les brins de ciboulette ont tendance à se casser. Évitez ce désagrément en les plongeant quelques secondes dans de l'eau bouillante, puis en les rafraîchissant sous l'eau froide. Enfin, pour faciliter l'opération, liez d'abord les aumônières avec de la ficelle, nouez les brins de ciboulette avant de couper et de retirer la ficelle.

Le bon vin

Un champagne vif mais bien structuré qui s'accorde avec les fromages comme avec les légumes, le saumon fumé et le foie gras. Tiré exclusivement du chardonnay, il possède des arômes de fruits jaunes et secs et s'épanouit avant de finir sur la fraîcheur.

Brut blanc de blancs Présidence Vieilles Vignes 2004, RL Legras, 30 €, au domaine et chez les cavistes.

Bouchées forestières au foie gras

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 20 MIN

FAITES FONDRE 1 **échalote** ciselée dans 15 g de **beurre** 2 min à la poêle. Ajoutez 250 g de **champignons forestiers** hachés. Cuisez 6-7 min. **Salez** et **poivrez.** Retirez du feu et liez avec 100 g de **mousse de foie gras.**
DÉCOUPEZ six cercles dans 2 grandes **crêpes au froment.** Empilez-les, enveloppez dans de l'aluminium et réchauffez 10 min au four à th. 5 (150 °C). Répartissez la préparation sur les mini crêpes puis fermez-les en aumônières avec des brins de **ciboulette.**

Adresses en fin de numéro

Abonnez-vous en ligne à Cuisine Actuelle et profitez de 10 % de réduction grâce au code promo CGFAP www.prismashop.cuisineactuelle.fr

FICHES

ENTRÉE

Tarte aux épinards et noix

ENTRÉE

Velouté de champignons

POISSON

Blanquette de saumon

POISSON

Thon grillé, haricots tièdes

Cuisine Actuelle

Velouté de champignons aux châtaignes

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MIN ◆ CUISSON : 40 MIN

- **350 g de champignons de Paris**
- **150 g de cèpes**
- **200 g de châtaignes au naturel**
- **1 échalote**
- **1 gousse d'ail**
- **75 cl de bouillon de volaille**
- **10 cl de crème liquide**
- **3 cuil. à soupe d'huile d'olive**
- **sel, poivre du moulin.**

1 Faites fondre l'échalote et l'ail hachés dans 1 cuil. à soupe d'huile 2 min sur feu doux. Ajoutez les champignons émincés (gardez 2 cèpes pour le décor). Mélangez 5 min. Ajoutez 160 g de châtaignes. Mélangez 1 min. Versez le bouillon et la crème. Cuisez 25 min à couvert sur feu doux.

2 Mixez la préparation. Assaisonnez et gardez au chaud. Faites dorer les cèpes émincés et le reste de châtaignes écrasées dans 1 cuil. à soupe d'huile. Répartissez le velouté dans quatre bols. Parsemez de cèpes et de châtaignes, ajoutez un trait d'huile d'olive et servez aussitôt.

Plus savoureux

Rehaussez le velouté d'une huile aromatisée à la truffe ou d'huile de noisette, ajoutée en touche finale.

Vin : arbois blanc.

Cuisine Actuelle

Tarte aux épinards et noix

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MIN ◆ CUISSON : 35 MIN

- **1 pâte brisée en rouleau**
- **1 kg de jeunes épinards**
- **50 g de cerneaux de noix**
- **1 gousse d'ail**
- **250 g de ricotta**
- **10 cl de crème fraîche**
- **2 œufs + 1 jaune**
- **40 g de parmesan râpé**
- **2 cuil. à soupe d'huile d'olive**
- **sel**
- **poivre du moulin.**

1 Équeutez et rincez les épinards. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse. Ajoutez l'ail écrasé, puis les épinards mouillés. Salez. Cuisez à feu vif en tournant jusqu'à ce que les feuilles soient fanées. Laissez tiédir et hachez grossièrement. Incorporez la moitié des noix hachées.

2 Écrasez la ricotta dans un saladier. Incorporez la crème, les œufs, le jaune et le parmesan en fouettant. Assaisonnez.

3 Préchauffez le four à th. 6-7 (200 °C). Déroulez la pâte brisée. Garnissez-en un moule à tarte de 26 cm de diamètre. Parsemez le fond de pâte du reste de noix hachées. Recouvrez d'épinards, puis de crème aux œufs. Cuisez 25 min. Servez la tarte chaude ou tiède.

Plus pratique

Pressez les épinards dans une passoire avec le dos d'une cuillère avant de les hacher grossièrement.

Vin : vouvray sec.

Cuisine Actuelle

Thon grillé, haricots tièdes en salade

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN ◆ MARINADE : 30 MIN
CUISSON : 15 MIN

- **4 tranches de thon de 140 g**
- **200 g de haricots verts surgelés**
- **200 g de haricots blancs en conserve au naturel**
- **1 oignon rouge**
- **6 pétales de tomates confites**
- **1 citron bio**
- **1 gousse d'ail**
- **1/2 bouquet de persil**
- **3 cuil. à soupe d'huile d'olive**
- **fleur de sel, gros sel, mélange cinq-baies.**

1 Faites mariner le thon 30 min à température ambiante dans l'huile avec l'ail pressé, le zeste râpé et le jus du citron.

2 Égouttez et cuisez les tranches de thon 4 à 5 min par face sur un gril. Cuisez les haricots verts 8 min à l'eau bouillante salée. Égouttez-les. Émincez l'oignon. Mélangez-le avec les haricots blancs et verts égouttés, les pétales de tomates confites hachés et le persil ciselé. Faites bouillir la marinade. Versez-la sur la salade de haricots. Servez avec le thon grillé assaisonné de fleur de sel et de mélange cinq-baies.

Plus malin

Préférez le thon germon, appelé aussi thon blanc, dont la chair dense est spécialement adaptée à la cuisson au gril.

Vin : rosé de Provence.

Cuisine Actuelle

Blanquette de saumon

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN ◆ CUISSON : 15 MIN

- **600 g de saumon cru**
- **4 petits oignons nouveaux**
- **3 cuil. à café de fumet de poissons déshydraté**
- **25 g de beurre**
- **1 cuil. à soupe de farine**
- **10 cl de crème fraîche épaisse**
- **1 cuil. à soupe de moutarde**
- **sel, poivre du moulin.**

1 Portez à ébullition 30 cl d'eau dans une casserole. Délayez-y le fumet de poissons. Faites-y pocher le saumon 4 min. Coupez-le en dés et gardez-le de côté.

2 Faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez les oignons émincés avec 2 tiges. Cuisez 3 min. Ajoutez la farine et mélangez. Versez le fumet en fouettant jusqu'à l'ébullition. Cuisez 5 min à feu doux en tournant souvent.

3 Mélangez la crème et la moutarde dans un bol. Délayez avec une petite louche de sauce chaude, puis reversez dans la sauce en fouettant, sans faire bouillir. Ajoutez les dés de saumon, assaisonnez. Réchauffez 1 min et servez.

Plus pratique

Choisissez du fumet de poissons en poudre ou un sachet de bouillon de coquillages ou de crustacés à infuser, facile à doser.

Vin : petit-chablis.

PLAT
Sauté de veau à l'orange

PLAT
Effiloché de lapin

DESSERT
Flamusse aux clémentines

DESSERT
Mousse chocolat-ananas

Cuisine Actuelle

Effiloché de lapin aux crozets

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MIN ◆ CUISSON : 1 H 15

- 1 lapin fermier coupé en morceaux
- 350 g de crozets
- 2 carottes
- 1 poireau
- 1 branche de céleri
- 1 oignon piqué de 2 clous de girofle
- 12 feuilles de sauge
- 15 cl de crème liquide
- 1 cuil. à c. de baies roses
- sel, poivre du moulin.

1 Recouvrez d'eau le lapin dans une cocotte. Portez à ébullition. Salez légèrement. Écumez. Ajoutez les carottes grattées, le poireau nettoyé, le céleri, l'oignon et 6 feuilles de sauge. Cuisez 1 h à couvert sur feu doux.

2 Égouttez le lapin et effilochez la chair. Gardez-la au chaud dans un fond de bouillon de cuisson.

3 Filtrez le reste de bouillon. Portez-le à ébullition. Faites-y cuire les crozets selon les instructions de l'emballage.

4 Faites bouillir la crème avec le reste de sauge et laissez infuser 5 min. Réchauffez la crème. Salez et poivrez. Versez sur les crozets égouttés. Ajoutez la chair de lapin effilochée. Servez chaud, parsemé de baies roses concassées.

Plus pratique

Spécialité savoyarde, les crozets sont des petites pâtes carrées à dénicher au rayon pâtes et riz.

Vin : mondeuse (rouge de Savoie).

Cuisine Actuelle

Sauté de veau à l'orange et aux patates douces

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MIN ◆ CUISSON : 1 H 25

- 1 kg d'épaule de veau
- 2 oranges bio
- 1 oignon rouge
- 2 grosses patates douces
- 2 carottes
- 4 brins de coriandre
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1/2 cuil. à café de cumin en poudre
- sel, poivre du moulin.

1 Chauffez le four à th. 5-6 (160 °C). Faites revenir le veau en cubes dans l'huile 8 min à la cocotte. Retirez la viande. Versez l'oignon émincé et les carottes grattées et coupées en rondelles dans la cocotte. Mélangez 2 min. Remettez le veau. Salez, poivrez et saupoudrez de cumin. Ajoutez le zeste et le jus d'1 orange. Couvrez et cuisez 1 h au four.

2 Épluchez et découpez les patates douces en morceaux. Cuisez-les 15 min dans un cuit-vapeur.

3 Sortez la cocotte du four. Ajoutez-y les patates douces et versez le jus d'1 orange. Cuisez 15 min sur feu doux à découvert. Rectifiez l'assaisonnement. Servez le sauté chaud, parsemé de coriandre ciselée.

Plus savoureux

Ajoutez un os de veau dans la cocotte en début de cuisson : le jus aura un goût encore plus prononcé.

Vin : côtes-du-roussillon rouge.

Cuisine Actuelle

Mousse chocolat-ananas

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN ◆ CUISSON : 5 MIN

RÉFRIGÉRATION : 2-3 H

- 2 tranches d'ananas
- 3 fruits de la passion
- 150 g de chocolat noir
- 5 cl de crème liquide
- 1 œuf + 2 blancs
- 100 g de sucre
- 1/2 citron
- 1 pincée de sel.

1 Coupez l'ananas en petits dés. Mélangez-les avec la pulpe des fruits de la passion. Répartissez dans quatre verrines.

2 Cassez le chocolat en morceaux. Faites-le ramollir 1 min au micro-ondes. Versez dessus la crème bouillante. Mélangez. Laissez tiédir. Incorporez 1 jaune d'œuf au fouet.

3 Montez 3 blancs d'œufs en neige ferme avec le sel. Ajoutez 20 g de sucre en battant. Incorporez délicatement au chocolat. Répartissez dans les verrines. Réfrigérez 2-3 h.

4 Faites chauffer 80 g de sucre dans 2 cuil. à soupe d'eau et un filet de jus de citron sans remuer jusqu'à obtention d'un caramel. Versez-le en filet sur une feuille de papier cuisson. Laissez durcir. Décollez les morceaux de caramel et décorez-en les mousses au moment de servir.

Plus facile

Le caramel a attaché dans la casserole ? Remplissez-la d'eau froide. Laissez tremper 2 h avant de passer un coup d'éponge.

Vin : muscat de Beaumes-de-Venise rosé.

Cuisine Actuelle

Flamusse aux clémentines

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 15 MIN ◆ CUISSON : 12 MIN

- 6 clémentines
- 4 cuil. à soupe de miel liquide
- 2 cuil. à soupe de noix de coco râpée
- 4 œufs
- 80 g de sucre en poudre
- 50 g de farine
- 1/2 cuil. à café de levure chimique
- 25 cl de lait
- 20 g de beurre
- 1 cuil. à soupe de rhum (facultatif).

1 Chauffez le four à th. 8 (240 °C). Épluchez les clémentines. Séparez les quartiers. Répartissez-les dans quatre plats à four individuels beurrés et arrosez d'un filet de miel.

2 Battez les œufs avec 50 g de sucre. Incorporez la farine, la levure et 1 cuil. à soupe de noix de coco râpée. Délayez avec le lait. Parfumez de rhum. Versez sur les clémentines. Cuisez 12 min. Servez les flamusses chaudes ou tièdes, saupoudrées de sucre et de noix de coco râpée.

Plus savoureux

Pour éliminer toute amertume, retirez le maximum de petites peaux blanches sur les quartiers de clémentine.

Vin : monbazillac.

Abonnez-vous à *Cuisine Actuelle* et ses hors-séries

Votre cadeau : les 2 poêles en céramique

La nouvelle génération de poêles !

Je m'abonne !

Découvrez aussi les hors-séries

- ✓ 100 recettes par numéro
- ✓ Des thèmes gourmands
- ✓ Des recettes faciles à réaliser
- ✓ Des idées originales pour épater vos invités

❒ **Oui, je profite de votre offre :**
Cuisine Actuelle (12 n°) et ses hors-séries (6 n°) 38,90€

+ les poêles en céramique en cadeau.

❑ ❑ ❑

Je peux aussi m'abonner sur **www.prismashop.cuisineactuelle.fr**

Couleur café

Un seul grain de café suffit pour réviser vos classiques et donner à vos desserts une touche subtilement amère.

Tiramisu à la liqueur de café et aux spéculoos

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
RÉFRIGÉRATION : 4 H

◆ 250 g de mascarpone ◆ 10 cl de liqueur de café ◆ 3 œufs ◆ 150 g de sucre ◆ 16 spéculoos ◆ 12 cerises confites ◆ 1 cuil. à soupe de cacao amer ◆ sel.

MÉLANGEZ le mascarpone et la liqueur de café. Fouettez les jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et mousse. Incorporez le mascarpone. Montez les blancs d'œufs en neige ferme avec 1 pincée de sel. Incorporez-les délicatement à la préparation.
ÉMIETTEZ finement les spéculoos. Disposez-en la moitié dans quatre grands verres. Versez une couche de mousse au café. Répartissez le reste de biscuits et les cerises confites hachées. Terminez par une couche de mousse. Glissez 4 h au frais.
SAUPOUDREZ les desserts de cacao amer avant de servir.

CONSEIL Le tiramisu sera encore meilleur si vous le préparez la veille. Laissez-le reposer une nuit au réfrigérateur pour lui laisser le temps de développer ses parfums. Saupoudrez le cacao amer à travers une passoire fine en la tapotant.

Desserts gourmands

Les desserts au café associent traditionnellement ce parfum à des fruits secs torréfiés (noisettes, noix et amandes), des épices (cannelle, clou de girofle, muscade ou encore cardamome), le chocolat, des alcools et des liqueurs comme le whisky, le cognac ou l'amaretto. Mais il connaît aussi des mariages plus surprenants avec des fruits comme la poire, la griotte, l'orange ou le fruit de la passion. Le chef Pierre Gagnaire a même imaginé de l'associer au thé matcha dans l'une de ses créations.

Que boire avec un dessert au café ?

Un café bien sûr, à servir chaud ou frappé, ou encore un digestif (armagnac, cognac, calvados, rhum, liqueur de café ou de cacao) avec des glaçons. Mais l'accord le plus gourmand se fera avec un vin doux naturel pas trop jeune dont les arômes jouent avec le cacao et le café. Choisissez par exemple ce rivesaltes né de vieux grenaches noirs, velouté, intense mais pas trop sucré, aux arômes de pruneaux et fruits noirs avec des notes de chocolat. *Rivesaltes La Carbasse 2007, Domaine Sarda-Malet, 24 € la bouteille de 75 cl, chez les cavistes.*

Petits cheesecakes au café

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 25 MIN
CUISSON : 30 MIN
RÉFRIGÉRATION : 2 H

◆ 100 g de biscuits Café Noir (Delacre) + 4 biscuits pour le décor ◆ 50 g de beurre ◆ 2 œufs ◆ 75 g de sucre ◆ 1 cuil. à soupe d'extrait de café ◆ 250 g de fromage frais nature (Philadelphia) ◆ 10 cl de crème liquide.

CHAUFFEZ le four à th. 6 (180 °C). Tapissez le fond de quatre moules individuels avec un cercle de papier sulfurisé. Émiettez finement les biscuits Café Noir (réservez-en 4 pour le décor). Versez dessus le beurre fondu et mélangez. Répartissez les biscuits écrasés dans les moules. Tassez bien et glissez au réfrigérateur.

FOUETTEZ les œufs avec le sucre. Ajoutez l'extrait de café. Incorporez le fromage frais et la crème fraîche liquide. Versez la préparation dans les moules. Lissez la surface. Cuisez environ 30 min dans le bas du four. La crème doit être ferme sous la pression du doigt.

LAISSEZ REFROIDIR les gâteaux dans leurs moules. Réfrigérez-les pendant 2 h au moins avant de les démouler sur les assiettes de service. Émiettez les 4 biscuits restants. Répartissez-les sur les cheesecakes pour les décorer.

CONSEIL Choisissez des moules individuels à bords un peu hauts car les cheesecakes montent dans le four, puis se tassent après la cuisson. Vous pouvez également utiliser des cercles à pâtisserie et les poser sur une plaque de cuisson.

Chaud-froid de sabayon au café

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CONGÉLATION : 2 H
CUISSON : 5 MIN

◆ 20 cl de crème liquide entière ◆ 75 g de sucre glace ◆ 4 jaunes d'œufs ◆ 12 cl de liqueur de café ◆ 100 g de riz soufflé (au rayon petit déjeuner).

MONTEZ la crème liquide bien froide en chantilly. Glissez-la au réfrigérateur.
FOUETTEZ les jaunes d'œufs avec 60 g de sucre glace dans un saladier jusqu'à ce qu'ils blanchissent. Placez le saladier au bain-marie. Versez la liqueur de café en fouettant jusqu'à ce que la préparation triple de volume. Sortez du feu et fouettez jusqu'à refroidissement. Incorporez délicatement la crème chantilly.
RÉPARTISSEZ la moitié de la préparation dans quatre plats à gratin individuels et glissez 2 h au congélateur. Gardez le reste au réfrigérateur. Sortez les plats du congélateur au moment de servir. Répartissez-y le riz soufflé et recouvrez avec le reste de sabayon. Égalisez la surface. Saupoudrez du reste de sucre glace et faites colorer au chalumeau. Servez aussitôt.

CONSEIL Vous pouvez également réaliser ce dessert en version non alcoolisée. Remplacez la liqueur de café par du café expresso que vous aurez laissé refroidir.

Mini babas café-cognac

POUR 6 PERSONNES
À PRÉPARER LA VEILLE
PRÉPARATION : 40 MIN
CUISSON : 15 MIN
ATTENTE : 4 H

◆ 250 g de farine ◆ 1 sachet de levure de boulanger instantanée ◆ 5 cl de lait ◆ 3 œufs ◆ 75 g de beurre (+ 20 g pour les moules) ◆ 6 tasses de café expresso ◆ 400 g de sucre + 2 cuil. à café ◆ 10 cl de cognac ◆ sel.

MÉLANGEZ la farine, 2 cuil. à c. de sel, 2 cuil. à café de sucre et la levure. Creusez un puits au centre. Versez-y le lait et les œufs. Pétrissez jusqu'à obtenir une pâte lisse et élastique. Incorporez le beurre mou. Laissez reposer 1 h sous un linge à température ambiante pour faire lever la pâte.
VERSEZ 75 cl d'eau et le sucre dans une casserole. Portez à ébullition. Remuez. Retirez la casserole du feu quand le sucre a fondu. Versez le cognac et mélangez bien, laissez refroidir.
BEURREZ six moules ronds. Remplissez-les de pâte à mi-hauteur et laissez lever 1 à 2 h. La pâte doit monter jusqu'au bord. Chauffez le four à th. 6-7 (200 °C). Cuisez 15 min à mi-hauteur. Sortez les babas et démoulez-les.
PLACEZ-LES encore chauds dans un grand récipient. Versez le sirop dessus. Laissez reposer 24 h à température ambiante.
PRÉPAREZ le café expresso au moment de servir. Répartissez les mini babas dans des coupes. Arrosez-les de café et servez.

CONSEIL Les babas s'imbibent mieux s'ils sont encore chauds. Servez-les éventuellement avec de la chantilly.

Éclairs aux trois cafés

POUR 15 PIÈCES ENVIRON
PRÉPARATION : 1 H
CUISSON : 25 MIN

La pâte : ◆ 15 cl de café ◆ 75 g de beurre ◆ 1 cuil. à café de sucre ◆ 90 g de farine ◆ 3 œufs ◆ sel. La crème : ◆ 15 g de café soluble ◆ 25 cl de lait entier ◆ 60 g de sucre ◆ 20 g de fécule de maïs ◆ 3 jaunes d'œufs ◆ 50 g de beurre. Le glaçage : ◆ 120 g de fondant pâtissier ◆ 1 cuil. à s. de liqueur de café.

PRÉPAREZ la pâte. Allumez le four à th. 6-7 (200 °C) à chaleur tournante. Portez à ébullition le café, le beurre coupé en morceaux, 3 g de sel et le sucre dans une casserole. Versez la farine d'un coup. Mélangez vigoureusement à la spatule jusqu'à ce que la pâte se détache des parois de la casserole. Transvasez-la dans une jatte et incorporez les œufs. Dressez à la poche à douille lisse des bâtonnets de 12 cm sur une plaque couverte de papier sulfurisé. Rayez-les dans la longueur avec le dos d'une fourchette mouillée. Cuisez 30 min.

PRÉPAREZ la crème. Faites bouillir le lait avec le café soluble. Mélangez le sucre, la fécule de maïs et les jaunes d'œufs. Délayez avec le lait chaud. Reversez le tout dans la casserole et laissez bouillir 1 min en tournant sans cesse. Incorporez le beurre. Transvasez la crème dans une jatte. Filmez et laissez refroidir.

LISSEZ la crème au fouet. Percez deux petits trous dans le fond des éclairs. Remplissez-les de crème à l'aide d'une poche à douille.

PRÉPAREZ le glaçage. Faites tiédir le fondant à 30 °C pour le ramollir. Parfumez-le avec la liqueur de café. Trempez le dessus des éclairs dans le fondant et retournez-les aussitôt.

CONSEIL Les éclairs ou les choux sont cuits quand le fond des craquelures est aussi coloré que la surface.

Le café, version salée

Pour relever certains plats en sauce, réveiller un foie gras ou souligner la délicatesse d'un poisson ou de noix de saint-jacques, on peut jouer sur l'amertume et la saveur torréfiée du café. Le chef Jean-Luc Buscaylet associe ainsi le magret de canard, un chutney et une sauce au vin rouge parfumée avec du café de Guadeloupe. Le chef David Van Laer cuisine son tournedos de biche au pavot et au café. Et à l'Auberge Nicolas Flamel, à Paris, Frédéric Le Guen-Geffroy propose un homard assaisonné d'une infusion d'huile au café.

+ 15 recettes fondantes au café sur www.cuisineactuelle.fr

Elles sont onctueuses, moelleuses, mousseuses et bien sûr gourmandes ! Découvrez nos délicieuses recettes au café, rubrique Dossiers gourmands / Tendance cuisine.

Pour accéder directement, flashez le code ci-contre avec votre smartphone.

Sublimes

PRÉPA 20 MINUTES

CUISSON 5 MINUTES

Millefeuilles aux crevettes, kiwis et gingembre

POUR 4 PERSONNES

◆ 3 feuilles de brik ◆ 250 g de fromage blanc à 20 % battu ◆ 250 g de queues de crevettes décortiquées (cocktail) ◆ 2 kiwis ◆ 8 brins de thym citron (facultatif) ◆ 4 cuil. à café d'huile d'olive ◆ 1 cuil. à café de gingembre râpé ◆ 1 cuil. à café de raifort en crème ◆ 1 cuil. à soupe de vinaigre de cidre au miel ◆ 4 pincées de graines de pavot ◆ cannelle en poudre ◆ sel, poivre.

ALLUMEZ le four sur th. 6 (180 °C). Découpez 12 disques de 10 cm dans les feuilles de brik. Badigeonnez-les d'un peu d'huile d'olive au pinceau, poudrez-les de cannelle et déposez-les sur une plaque.

FAITES CUIRE les disques 3 min en les surveillant. Laissez refroidir.

DÉCOUPEZ les kiwis en tranches, puis en petits morceaux.

ÉLIMINEZ l'extrémité des queues de crevettes si besoin. Assaisonnez-les de 2 cuil. à café d'huile d'olive, de gingembre râpé, de vinaigre de cidre et relevez de poivre.

SALEZ et poivrez le fromage blanc, incorporez-y la crème de raifort puis les graines de pavot.

COUVREZ 1 disque de brik de fromage blanc, de crevettes et de kiwis, puis parfumez avec le thym effeuillé. Renouvelez l'opération. Couvrez d'un dernier disque de brik et décorez de brins de thym. Réalisez de la même façon 3 autres millefeuilles, servez.

VIN : pinot blanc d'Alsace.

LE PLUS DES PROS

Les parfums seront plus accentués, si vous laissez reposer 30 min les crevettes et le fromage blanc. Prévoyez un montage minute pour ne pas détremper les briks, au besoin doublez les disques. De fines herbes hachées (persil, aneth, estragon) pourront remplacer le thym.

épices

Faciles et prêtes en quelques minutes seulement, ces trois recettes font la part belle aux épices : on en redemande !

Bananes poêlées à l'huile vanillée et au piment

PRÉPA 10 MINUTES

CUISSON 10 MINUTES

POUR 4 PERSONNES

◆ 4 bananes mûres mais fermes ◆ 1 beau citron ◆ 4 cuil. à soupe de sucre de canne ◆ 1 gousse de vanille ◆ 4 pincées de cannelle ◆ 2 pincées de piment d'Espelette ◆ 4 cuil. à soupe d'huile d'olive.

OUVREZ la gousse de vanille et prélevez ses graines. Mélangez-les dans un plat avec l'huile d'olive, la cannelle et le piment.
PRESSEZ le citron dans un bol, mélangez son jus avec le sucre de canne et réservez.
PELEZ et coupez les bananes en deux dans la longueur, imprégnez-les soigneusement d'huile parfumée.
CHAUFFEZ une poêle antiadhésive, déposez-y délicatement les demi-bananes côté plat vers le fond. Faites-les dorer 3 min et retournez-les. Arrosez-les de jus de citron sucré, cuisez-les 3-4 min. Servez aussitôt.
VIN : muscat de Rivesaltes.

UN CHAUD-FROID ÉPATANT

Enrichissez ce dessert tout simple en le proposant avec de la glace à la vanille et des crêpes dentelles. Si vous ne le destinez pas aux enfants, préparez-le alors en faisant flamber les bananes avec un rhum vieux ou du saké.

PRÉPA 10 MINUTES

CUISSON 15 MINUTES

Raclette au morbier et au cumin

POUR 4 PERSONNES

◆ 500 g de morbier, découpé en fines tranches ◆ 8 tranches de viande des Grisons ◆ 4 tranches de jambon cru fumé ◆ 12 petites pommes de terre charlotte ◆ 400 g de mini légumes en barquettes (carottes, poireaux, maïs, chou-fleur, pâtissons…) ◆ 1 pincée de cumin en poudre.

LAVEZ les pommes de terre, faites-les cuire dans un autocuiseur, 10 min à partir de l'ébullition.
ÉBOUILLANTEZ les mini légumes à l'eau salée durant la cuisson des pommes de terre, de 4 à 6 min pour les garder croquants et égouttez-les. Si vous les proposez crus, remplacez les poireaux par des oignons-fanes.
DISPOSEZ les charcuteries et les tranches de morbier sur des plats de service. Conservez les pommes de terre au chaud dans un plat creux, couvertes d'un torchon propre. Présentez les petits légumes dans des bols.
CHAUFFEZ l'appareil à raclette, placez les tranches de morbier dans les poêlons individuels. Saupoudrez-les de cumin si vous le souhaitez. Une fois le fromage fondu, chaque convive se sert à mesure de charcuteries, de pommes de terre et de mini légumes selon ses envies.
VIN : apremont.

DES CONDIMENTS QUI CHANGENT

Proposez en coupelles, des petits oignons aigres-doux, du piccalilli (légumes en conserve épicés) ou des mini épis de maïs au vinaigre (si vous n'avez pas de frais). N'oubliez pas les cornichons, classiques ou malossols à la russe, et les moutardes originales (pesto et roquette, fruits rouges, etc.)

Poétique kadaïf

Il entoure d'un écheveau croustillant n'importe quel ingrédient et lui taille sur mesure un habit cousu de fil d'or. Beau et bon à la fois !

Avant de devenir un produit branché, ces vermicelles, connus également sous le nom de cheveux d'ange, entraient principalement dans la composition de spécialités libanaises, grecques ou turques au fromage, aux fruits secs et au miel. Des cuisiniers curieux de nouveauté ont eu l'idée de le détourner des recettes orientales traditionnelles. Fruits de cette créativité, les gambas en robe de kadaïf sont devenues un classique.

Composés de farine et d'eau, les vermicelles de kadaïf sont fabriqués en versant un mince filet de pâte sur une plaque chauffante tournante. Une fois démêlé l'écheveau de fil, le kadaïf se montre souple et docile, entourant aussi bien des boulettes de farce que des crottins de chèvre assez frais ou des filets de sole. Façonné en petit nid ou même en forme de toast, il accueille des figues rôties ou une rosace de lemon curd pour une version express et divinement aérienne de tarte au citron. Côté cuisson, la friture le rend particulièrement doré et croquant, tandis que le four préserve mieux sa saveur légère. Facile à utiliser, le kadaïf ? Assurément. Le plus difficile est en réalité d'en dénicher, car il ne prend place que dans les rayonnages des épiceries spécialisées dans les produits du Moyen-Orient.

Réalisation : Valérie Bestel

Gambas croustillantes, crème chantilly au pavot

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 2 MIN
MARINADE : 30 MIN

◆ 20 gambas crues décongelées ◆ 250 g de kadaïf ◆ 1 citron ◆ 1 gousse d'ail ◆ 12 cl de crème fraîche liquide entière ◆ 1 cuil. à s. de graines de pavot ◆ huile de friture ◆ sel, poivre du moulin.

DÉCORTIQUEZ les gambas crues en gardant l'éventail de la queue. Arrosez-les avec le jus d'1/2 citron. Ajoutez l'ail pressé, du sel et du poivre. Mélangez bien et laissez mariner pendant 30 min.

ÉGOUTTEZ et essuyez les gambas. Fouettez la crème bien froide en chantilly. Ajoutez du sel et un filet de jus de citron. Répartissez-la dans des coupelles et parsemez de graines de pavot.

DÉMÊLEZ le kadaïf. Enroulez-le autour des gambas. Chauffez un bain d'huile à 180 °C. Plongez-y les gambas 1 à 2 min et égouttez-les sur du papier absorbant. Servez chaud avec la chantilly.

CONSEIL Ajoutez une note de fraîcheur en posant quelques feuilles de persil sur les gambas avant de les envelopper de kadaïf.

Sous leur manteau croquant, les gambas gardent une chair moelleuse grâce à une cuisson très courte.

Duo chic

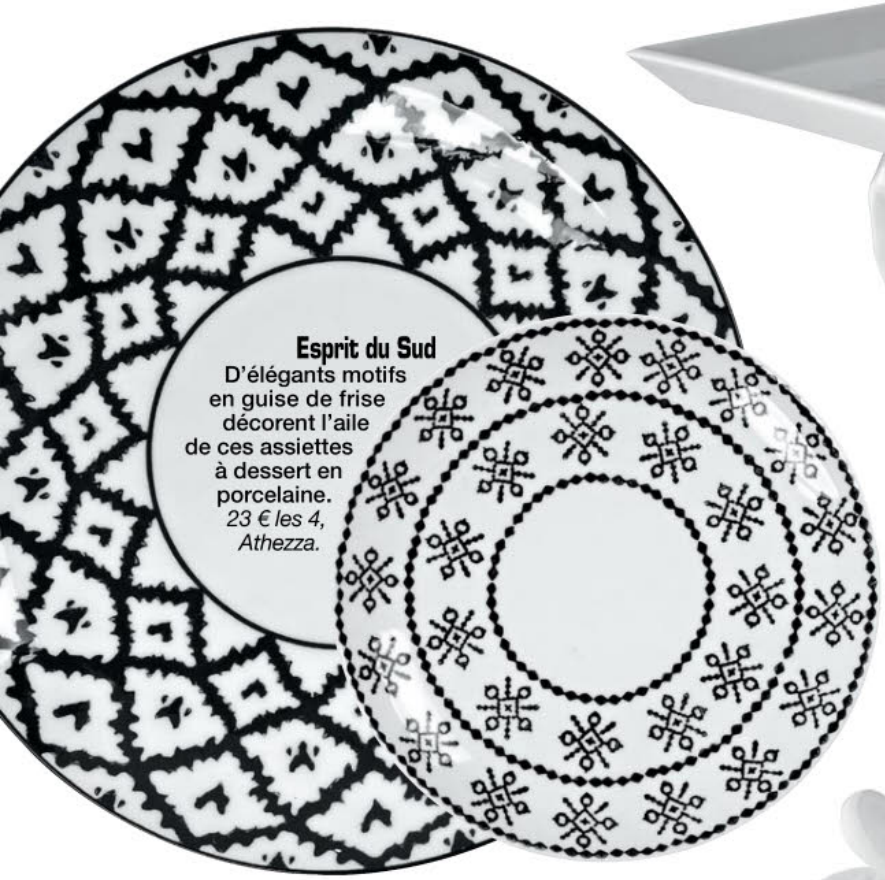
À table ou en cuisine, le noir mat s'associe au

En harmonie Pois graphiques et alternance entre le mat et la brillance donnent du style à la table.
Nappe imperméable, 140 x 250 cm, 40 €, Maisons du Monde. Trio de ramequins compatibles four, 42 €, Alessi. Cuillère à café XY noir mat, 13,30 €, Guy Degrenne. Serviette intissé, 6,50 € les 20, Françoise Paviot.

Original Cette tasse à café en grès émaillé a des courbes singulières : la soucoupe se prolonge en anse !
Modèle K Ouah, 31 €, C Quoi ?

New-look Le ramequin en porcelaine basique arbore une couleur noir effet fonte. Ultra chic.
9 € l'un, Revol.

Original Avec son design plein de fantaisie, ce plat en céramique joue la surprise.
Plat Hippo, 29 x 27 x H 10 cm, 42 €, Coming B.



Esprit du Sud D'élégants motifs en guise de frise décorent l'aile de ces assiettes à dessert en porcelaine.
23 € les 4, Athezza.

Ligne aérienne Son couvercle permet de surveiller la cuisson et les maniques en silicone assurent une bonne prise en main. Une cocotte en fonte d'aluminium et en céramique légère et antiadhésive.
Tous feux, existe en 5 coloris, Ø 24 cm, 70 €, Cookut.

Adresses en fin de numéro

Géométrie variable Effet visuel garanti avec ces mugs en porcelaine aux motifs dynamiques et graphiques.
17 € pièce, Home autour du Monde.

Joli contraste Noire mate à l'extérieur et jaune citron à l'intérieur, cette suspension en métal apporte une touche lumineuse et industrielle à la cuisine.
Suspension Aldgate, diamètre 41 cm, H 37 cm, 85 €, Habitat.

Ludique On enfile des perles en bois de différentes formes sur la structure pour modifier ce bougeoir au gré de ses envies.
Bougeoir Les Perles, hauteur 27 cm, 44 €, Y a pas le Feu au Lac.

& charme

blanc pour un résultat graphique et très tendance.

Robuste La partie en silicone assure une meilleure adhérence pour tout broyer ou concasser.
Mortier en porcelaine et silicone, 39 €, Eva Solo chez Uare Design.

Beau linge On aime l'aspect brut de ces torchons en lin.
90 x 70 cm, 34 € l'unité, Love Creative People.

Jeu de matières Des bords irréguliers et un beau contraste entre brillant et mat.
Coupelle en acier, Ø 20 cm, 28 €, Athezza.

Épurées Un dessin moulé dans la matière rappelle le contenu de la boîte : pâtes, riz ou farine.
En porcelaine, hauteur 19 cm, 34 €, Asa Selection.

Réalisation : Marie Fiess

Ça Change Les

Nems de banane au chocolat

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN - CUISSON : 15 MIN

◆ 4 bananes ◆ 200 g de chocolat noir ◆ 20 cl de crème liquide ◆ 100 g de beurre ◆ 4 feuilles de pâte filo.

FAITES FONDRE le chocolat finement haché au bain-marie ou au micro-ondes.
PORTEZ à ébullition la crème liquide. Versez-la sur le chocolat en trois fois, en mélangeant bien. Incorporez 20 g de beurre. Versez dans un récipient peu profond et laissez épaissir 15 min au froid.
CHAUFFEZ le four à th. 6-7 (200 °C). Coupez les bananes en deux dans la longueur. Reconstituez-les en les farcissant de ganache.
BADIGEONNEZ les feuilles de pâte filo de beurre fondu. Placez 1 banane farcie près d'une extrémité d'un rectangle de pâte, repliez les deux bords latéraux vers le centre puis roulez le tout.
DISPOSEZ les rouleaux sur une plaque de cuisson. Badigeonnez-les avec le reste de beurre fondu. Enfournez environ 10 min, jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée.

PLUS INTENSE Servez les nems chauds, avec le reste de ganache, liquéfiée durant quelques minutes à feu doux, en guise de sauce.

Nems aux fruits rouges

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN - CUISSON : 20 MIN

◆ 200 g de cocktail de fruits rouges surgelés ◆ 1/2 gousse de vanille ◆ 20 cl de lait ◆ 3 jaunes d'œufs ◆ 60 g de sucre ◆ 25 g de fécule de maïs ◆ 16 galettes de riz ◆ huile neutre pour friture.

LAISSEZ DÉCONGELER les fruits rouges à température ambiante dans une passoire.
FENDEZ la gousse de vanille, grattez les graines et placez le tout dans le lait. Portez à ébullition sur feu doux.
FOUETTEZ les jaunes d'œufs avec le sucre à blanchiment. Incorporez la fécule. Délayez avec du lait chaud, versez le tout dans la casserole et portez à ébullition en mélangeant. Laissez refroidir en remuant. Ajoutez les fruits rouges.
PLONGEZ brièvement 1 galette de riz dans de l'eau froide. Posez-la sur un linge humide, recouvrez-la de crème aux fruits rouges et roulez-la en cigare. Continuez jusqu'à épuisement des ingrédients.
FAITES légèrement colorer les nems dans l'huile chaude. Égouttez-les sur un papier absorbant. Servez tiède.

PLUS FRUITÉE Vous pourrez remplacer la vanille par 2 cuil. à soupe de kirsch.

nems qu'on aime

Au foie gras, chocolat ou fruits rouges, nos rouleaux préférés nous en font voir de toutes les saveurs.

Croustillants, ils sont parfaits en entrée, sur un buffet ou servis à l'apéritif.

Nems de foie gras et canard fumé, chutney de poires

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 30 MIN
CUISSON : 25 MIN

Le chutney : ◆ **3 poires mûres** ◆ **80 g de cranberries séchées** ◆ **le jus d'1 orange** ◆ **50 g de sirop d'érable** ◆ **1 c. à s. de vinaigre de cidre** ◆ **cannelle moulue.**

Les nems : ◆ **8 feuilles de brik** ◆ **200 g de foie gras** ◆ **12 tranches de magret fumé** ◆ **1 poire** ◆ **100 g de beurre fondu** ◆ **sel, poivre du moulin, muscade.**

PRÉPAREZ le chutney. Mêlez les poires taillées en brunoise et les ingrédients du chutney avec 1 pincée de cannelle dans une casserole, cuisez 15 min en remuant. Laissez tiédir.

PRÉCHAUFFEZ le four à th. 6 (180 °C). Brossez les feuilles de brik de beurre fondu.

TAILLEZ la poire pelée et épépinée en lamelles, le foie gras en dés d'1 cm et le magret en lanières. Mélangez le tout. Salez, poivrez et ajoutez de la muscade râpée. Répartissez-les sur le bord de 8 feuilles de brik, repliez les bords parallèles, roulez en cigare. Brossez de beurre fondu.

DOREZ-LES 10 min sur une plaque dans le four chaud puis servez avec le chutney.

Le dico de cuisineactuelle.fr

Brunoise

Garniture de légumes ou de fruits taillés en petits dés de 2 à 3 mm. On l'utilise dans des garnitures aromatiques, sauces, potages, farces, compotes. Le but ? Obtenir un maximum de parfums grâce à une cuisson rapide et homogène. La méthode ? Couper les légumes ou les fruits (poires, par exemple) en tranches fines puis en bâtonnets, et enfin en petits dés.

Retrouvez tous les mots de la cuisine sur notre site, dans notre **dictionnaire**, rubrique Pratique.

Bon plan

Des idées bon marché pour

Bouillon crémé aux moules à l'œuf poché

PRÉPA 25 MINUTES — CUISSON 25 MINUTES

POUR 4 PERSONNES

◆ 2 l de moules ◆ 4 œufs ◆ 1 courgette fine ◆ 1 échalote ◆ 1 oignon ◆ 25 g de beurre ◆ 2 cuil. à s. de crème ◆ 1 cuil. à café de vinaigre blanc ◆ 1 tablette de fumet de poisson ◆ 2 brins de thym ◆ poivre.

NETTOYEZ les moules. Faites-les ouvrir dans une cocotte en les secouant. Retirez-les à l'écumoire et filtrez leur jus.
PELEZ, émincez l'échalote et l'oignon. Taillez la courgette en tout petits dés. Faites suer le tout 5 min avec le beurre dans la cocotte rincée. Versez le jus des moules, 75 cl d'eau, la tablette de fumet émiettée et le thym. Faites bouillir 10 min.
DÉCOQUILLEZ entre-temps les moules. Pochez les œufs un par un 2 min dans une casserole d'eau vinaigrée, placez-les dans 4 assiettes creuses.
RETIREZ le thym du bouillon et ajoutez la crème et les moules. Poivrez, mélangez, versez bouillant sur les œufs pochés.

Moules fraîches

Pour être bien digestes, les moules doivent être achetées et cuisinées vivantes. Une fois mortes, elles se dégradent vite. À l'achat, vérifiez qu'elles soient bien fermées ; si elles baillent, elles doivent se refermer quand vous tapotez leur coquille. Jetez celles qui restent ouvertes. Une fois cuites, celles qui ne sont pas ouvertes doivent être écartées.

Grecque de maquereau vapeur et sauce vierge anisée

PRÉPA 20 MINUTES — CUISSON 25 MINUTES

POUR 4 PERSONNES

◆ 4 filets de maquereau (env. 600 g au total) ◆ 2 carottes ◆ 12 petites pommes de terre ◆ 1 oignon ◆ 4 cuil. à s. d'huile d'olive ◆ 2 cuil. à s. de jus de citron ◆ 1 cuil. à c. d'apéritif anisé (pastis) ◆ 4 brins de persil plat ◆ 1 cuil. à c. de graines de coriandre ◆ sel, poivre.

PELEZ les pommes de terre et cuisez-les 5 min à la vapeur.
ÉPLUCHEZ l'oignon et les carottes, coupez-les en rondelles. Ajoutez-les au cuit-vapeur, salez et cuisez encore 15 min.
SALEZ, poivrez les filets de maquereau, placez-les au-dessus des légumes. Parsemez de coriandre et faites cuire 5 min.
ENTRE-TEMPS, pour la sauce vierge, mélangez l'huile d'olive, le jus de citron, l'apéritif anisé, le persil ciselé, sel et poivre.
RÉPARTISSEZ les filets de maquereau et les légumes sur les assiettes, nappez de sauce.

Sous le signe de la sauce vierge

Cette sauce qui se sert essentiellement avec les poissons exclut toute cuisson et se fait à partir d'huile d'olive (extra vierge) parfois avec herbes et concassée de tomates. Michel Guérard, chef de file de la cuisine minceur à la tête de restaurants à Eugénie-les-Bains, a apporté ses lettres de noblesse à cette sauce réalisable à l'avance et déclinable à l'envi.

gourmand

un menu complet riche en saveurs.

Mousse de fromage blanc vanillée aux dattes

PRÉPA 15 MINUTES — REPOS 1 HEURE

POUR 4 PERSONNES

◆ 125 g de dattes ◆ 1 clémentine ◆ 200 g de fromage blanc ◆ 15 cl de crème liquide ◆ 3 cuil. à soupe de sucre en poudre ◆ 1 cuil. à café d'extrait de vanille.

DÉNOYAUTEZ les dattes. Découpez-en quatre en petits dés et réservez-les pour la décoration des coupelles.

DÉPOSEZ le reste des dattes dans un blender avec le fromage blanc, le sucre, l'extrait de vanille et 2 cuil. à soupe du jus de la clémentine. Mixez longuement en une crème lisse. Versez dans un saladier.

MONTEZ la crème liquide bien froide en chantilly très ferme. Incorporez-la délicatement au mélange de fromage blanc en soulevant la préparation avec une spatule en bois.

RÉPARTISSEZ dans des coupelles de service et placez 1 h au réfrigérateur. Garnissez des dés de dattes mis de côté et servez sans attendre.

Fruits secs : les petits malins de la cuisine

Les fruits secs sont parfaitement à l'aise en cuisine, que la recette soit sucrée ou salée. Une poignée de cacahuètes concassées peut ainsi donner du caractère à une vinaigrette, quelques amandes grillées, transformer une salade, une demi-douzaine d'abricots, parfumer un rôti de porc ou des dattes concassées, enrichir un bol de fromage blanc au miel. Et comme leur parfum est très concentré, il en faut très peu pour obtenir un bon résultat. D'excellentes raisons pour ne plus hésiter.

PUBLICITÉ

Les pattes d'ours

Marche sur les traces du grizzli, tu tomberas sur sa réserve de sablés vanillés.

RECETTE POUR 4 PERSONNES (12 PATTES)
PRÉPARATION : 35 MIN
CUISSON : 15 MIN
RÉFRIGÉRATION : 1 H

1 Mélange dans un grand bol 100 g de sucre, 1 sachet de sucre vanillé et 250 g de beurre froid. Façonne la pâte obtenue en boudin. Enveloppe-le d'un film étirable et mets-le au réfrigérateur pendant 1 h.

2 Demande à un adulte de faire préchauffer le four à th. 5-6 (160 °C). Coupe le boudin de pâte en 12 rondelles. Dépose-les sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. Pique des amandes pour faire les griffes et fais-toi aider pour glisser les biscuits au four. Compte 15 min de cuisson.

3 Laisse refroidir tes biscuits. Fais fondre 150 g de chocolat blanc coupé en morceaux au micro-ondes. Compte 30 secondes, mélange et remets à chauffer encore 30 secondes. Recouvre les pattes de chocolat fondu avec un pinceau et laisse refroidir.

et 5 idées avec des bananes

Mousse

◆ MIXE 2 bananes pelées avec 1 c. à s. de jus de citron, 4 petits-suisses, 2 c. à s. de crème fraîche et 2 c. à s. de sucre semoule.
◆ RÉPARTIS dans 4 ramequins et sers bien frais.

Smoothie glacé

◆ PASSE dans le blender 2 bananes pelées avec 6 c. à s. de framboises et 4 verres de jus d'orange.
◆ AJOUTE du jus si tu veux que ce soit plus liquide. Déguste très froid.

Choco-nature

◆ FAIS-TOI AIDER pour faire fondre 200 g de chocolat noir au bain-marie. Épluche, sur leur moitié, 4 bananes.
◆ TREMPE la partie découverte dans le chocolat et laisse durcir.

Version Melba

◆ COUPE 1 banane dans la longueur et place la moitié dans une coupe. Ajoute 1 boule de glace à la vanille.
◆ PARSÈME d'amandes effilées et nappe de coulis de framboises.

Croustillant

◆ RECOUVRE de confiture de fraises 1 tranche de pain de mie. Pose des rondelles de banane puis 1 tranche de pain.
◆ FAIS DORER dans un appareil à croque-monsieur.

...des petits pois surgelés

RECETTES POUR 4 PERSONNES

1 Guacamole foufou

MOINS GRAS QUE L'AVOCAT

Cuisez 200 g de petits pois. Égouttez et mixez-les refroidis avec 100 g de fromage frais, le jus d'1 citron vert, 2 cuil. à s. de menthe ciselée et une pointe de wasabi. Servez frais.

2 Pancakes verts

POP CRÊPES

Faites cuire 110 g de petits pois. Réduisez-les en purée en ajoutant un peu d'eau. Mélangez avec 100 g de farine à levure incorporée, 10 cl de lait et 1 œuf. Faites cuire vos pancakes 2-3 min par face dans une petite poêle huilée.

➥ **Beau contraste avec du saumon fumé, du jambon de Parme ou un soupçon de ricotta aux herbes.**

3 Gâteau princesse aux petits pois

UN AMUSE-BOUCHE VÉGÉTARIEN

Intégrez 1 sachet de levure à 200 g de farine puis mélangez avec 3 œufs, 50 g de sucre et 200 g de beurre fondu. Incorporez 400 g de petits pois décongelés. Salez. Remplissez-en des moules à muffins beurrés et farinés. Cuisez 20 min dans un four chauffé à th. 6 (180 °C).

5 Coquillotto

PARFAIT POUR UN DIMANCHE SOIR

Arrosez 200 g de coquillettes de 2 cuil. à soupe d'huile d'olive et mélangez rapidement. Ajoutez 300 g de petits pois surgelés et versez petit à petit 1 litre d'eau bouillante additionnée d'1 cube de bouillon émietté, en laissant boire les pâtes entre chaque ajout. Au moment de servir, incorporez 2 cuil. à soupe de crème fraîche. Proposez accompagné de fromage râpé.

6 Flan à pois verts

LES ENFANTS L'ADORENT

Chauffez le four th. 6 (180 °C). Ébouillantez 400 g de petits pois 7 min. Égouttez puis rafraîchissez-les. Dorez 2 échalotes émincées dans de l'huile, ajoutez les petits pois et 6 brins de persil ciselés. Battez 3 œufs, 25 cl de crème liquide, 100 g de fromage râpé et 1 c. à soupe de fécule. Ajoutez les petits pois. Versez dans 4 ramequins beurrés et enfournez pour 20 min.

➥ **À servir en entrée ou avec une viande blanche.**

La recette qui en jette

4 Cappuccino surprise

À PRÉSENTER DANS DES TASSES

Cuisez 400 g de petits pois dans 50 cl de bouillon 8 min. Égouttez à la louche et mixez avec un peu de bouillon pour obtenir une consistance onctueuse. Salez, poivrez et versez dans 4 tasses chaudes. Surmontez de chantilly poivrée. Décorez d'un filet d'huile d'olive et de pistaches hachées.

Une boisson fraîcheur idéale pour déjeuner entre filles.

La vraie bonne idée

7 Smoothie vitalité

POUR UNE PAUSE SAINE

Cuisez 300 g de petits pois à l'eau salée en les gardant un peu croquants. Mixez avec 1 yaourt brassé, 1 c. à s. de coriandre, 2 kiwis et 1/2 concombre pelés. Salez et garnissez de yaourt, sésame noir et ciboulette.

8 Spaghettis petits pois-lardons

PLAT COMPLET

Faites dorer 2 échalotes émincées avec 200 g de lardons. Ajoutez 50 cl de crème fraîche hors du feu. Cuisez 200 g de spaghettis et 150 g de petits pois à l'eau bouillante dans une autre casserole. Égouttez, mêlez pâtes et petits pois, servez nappé de crème aux lardons.

9 Purée martienne

POUR MERCREDI

Faites cuire séparément 1 kg de pommes de terre et 200 g de petits pois. Réduisez les pommes de terre en purée en incorporant 15 cl de lait chaud et 50 g de beurre. Ajoutez les petits pois en les écrasant grossièrement à la fourchette.

10 Houmous potager

SPÉCIAL TREMPETTE VÉGÉTARIENNE

Faites cuire 250 g de petits pois dans de l'eau bouillante salée. Égouttez, mixez avec le jus d'1 citron (et quelques zestes si vous aimez), 1 gousse d'ail, 2 cuil. à soupe d'huile d'olive et 2 cuil. à soupe de tahiné (purée de sésame, magasins bio). Servez saupoudré de paprika, avec des crudités à tremper.

Noir et or

C'est la fête ! On s'autorise toutes les extravagances : paillettes, plumes et tons dorés illuminent la table pour un réveillon coup d'éclat.

Boules à facettes La classique pomme de pin s'habille de peinture lamée. *Ø 10 cm, 23,40 € le lot de six, Maisons du Monde.*

Cadeaux minute

Glissez des friandises dans des petites boîtes. Enveloppez-les de papier doré et d'un ruban en organza. Fixez éventuellement une étiquette sur le ruban pour faire de ce cadeau un porte-nom.

Bucolique Blanche et dorée, l'assiette à dessert se pare d'un motif de biche et d'étoiles. *Ø 19 cm, collection Doe, 1,50 €, Alinéa.*

Les sequins par milliers

Ultra festifs, un brin disco, ils font pétiller votre déco ! Confectionnez-vous une nappe ou un chemin de table sur mesure en découpant un morceau de tissu à gros sequins dorés. Il en existe de tout prêts, à dénicher par exemple sur le site Etissus.

Dégustation à l'aveugle Avec ces flûtes opaques, même le champagne arbore sa petite robe noire ! *Collection ABC, 12,65 €, Ego Vetri delle Venezie.*

Double emploi Une belle assiette laquée et festonnée à détourner en plat de présentation. *En plastique, Ø 33 cm, 3 €, Eurodif.*

re !

Arty Plateau et cadre : on l'apprécie autant pour son utilité que pour son effet décoratif. *47 x 65 cm, Zhao, design Rachel Convers pour Ibride, 115 €, sur le site Kraft Decoline.*

Gold fingers Façon grand siècle, les couverts se parent d'or et de lumière. *Ménagère 16 pièces Gold, 30 €, magasins Fly.*

Contraste fort

Pour trancher avec le doré qui étincelle et le blanc brillant, un seul coloris fonctionne, le noir, en version mate. On l'aime en petite touche, à l'image de ces bougeoirs, bougies et flûtes à champagne. Il donne de l'allure à la table et met en valeur l'or.

Précieuses Un trio façon or noir, or jaune et platine, magnifié par le blanc de la porcelaine. À utiliser pour servir le thé ou le café, en photophore ou en verrine. *Porcelaine de Limoges de fabrication française, 72 €, Non Sans Raison.*

Glam' Un élégant et précieux rond de serviette en métal, plumes et perles en cristal. *10 €, So Top.*

Trucs en plume

Clin d'œil à la tendance cabinet de curiosités, les accessoires à plumes se fondent dans le décor. On les adopte en rond de serviette, en décoration de dossier de chaise, en composition en centre de table.

Gothique chic Le style baroque revu et corrigé, en acier et caoutchouc. *The More The Merrier, design Louise Campbel pour Muuto, 98 €, sur le site Goodobject.*

Réalisation : Audrey Tartarat

Adresses en fin de numéro

Rien ne se perd !

Vous avez réalisé nos recettes mais vous êtes en panne d'idées pour cuisiner les ingrédients non utilisés ? Quelques astuces pour en faire des merveilles.

Avec des kiwis

◆**Shaketonus.** Mixez 20 cl de fruits rouges surgelés, 4 kiwis, 30 cl de lait, 4 boules de glace vanille.

◆**Verrines au saumon.** Répartissez 4 kiwis émincés et 200 g de saumon fumé en lanières dans 4 verres. Nappez de 3 cuil. à soupe de mayonnaise mélangée à 1 cuil. à soupe de crème et 6 brins de ciboulette ciselée.

◆**Kiwicoque.** Évidez 1 kiwi, remplissez-le de sa chair en dés, d'1 c. à soupe de Nutella et nappez d'un filet de miel.

Avec des crozets cuits

◆**Gratin sucré.** Nappez les crozets de crème battue sucrée. Dorez au four.

◆**Salade d'hiver.** Mélangez les crozets avec des tomates et 1 bouquet d'herbes. Ajoutez de la vinaigrette et mélangez.

◆**AsiSoupe.** Ajoutez 50 g de crozets et 2 c. à s. de coriandre ciselée à une soupe chinoise instantanée. Mélangez, servez.

Avec de la rouille

◆**Moules dorées.** Faites ouvrir 36 moules sur feu vif. Couvrez de rouille et de fromage râpé. Gratinez au four.

◆**Tartothon.** Garnissez 1 pâte brisée de rouille puis de rondelles de tomates et de 250 g de thon à l'huile, salez, poivrez et enfournez 25 min à th. 6 (180 °C).

◆**Bouillabaisse facile.** Cuisez 800 g de poissons surgelés, 2 oignons hachés, 200 g de tomates pelées, 3 cuil. à soupe de rouille, 1 h dans 1 l d'eau. Moulinez et servez avec de la crème.

Avec du gruyère

◆**Croustituiles.** Étalez des cuillerées de fromage râpé sur la plaque. Cuisez 5 min à th. 7 (210 °C).

◆**Gratincocotte.** Superposez rondelles de pommes de terre et gruyère râpé dans un autocuiseur. Salez, poivrez, cuisez 15 min dès sifflement de la soupape.

Avec des carottes

◆**Carrot cake.** Ajoutez 250 g de carottes râpées à votre pâte à cake. Parfumez d'1 cuil. à s. d'épices à pain d'épice. Enfournez 50 min à th. 6 (180 °C).

◆**Beignets apéritifs.** Mêlez 125 g de farine, 1/2 sachet de levure, 2 œufs, 1 cuil. à café d'huile et 5 cl d'eau. Ajoutez 300 g de carottes râpées. Faites frire par cuillerées.

◆**Salade marocaine.** Cuisez vapeur 500 g de carottes en rondelles. Mélangez avec du cumin moulu, de la coriandre hachée, de l'huile d'olive et le jus d'1 citron. Salez, poivrez.

Avec de la viande des Grisons

◆**Mini escargots.** Garnissez d'emmental et de viande des Grisons 1 pâte feuilletée. Roulez, coupez-la en rondelles et cuisez 15 min au four à th. 7-8 (220 °C).

◆**Crêpe raclette.** Garnissez 1 crêpe de sarrasin de dés de camembert, de viande des Grisons et de rondelles de pommes de terre cuites. Faites-la cuire à la poêle.

◆**Rouleaux à la feta.** Garnissez de feta et de tapenade verte des tranches de viande des Grisons. Roulez, fixez avec une pique.

Avec du radis noir

◆**Salade à l'indienne.** Mélangez 2 radis râpés, 1 concombre émincé et 6 feuilles de menthe ciselées. Ajoutez 1 yaourt, 3 c. à soupe d'huile d'olive, salez et poivrez.

◆**Chips.** Mêlez les radis non pelés taillés à la mandoline avec 3 c. à s. d'huile, poivre et sel. Cuisez 25 min sur plaque th. 5 (150 °C).

◆**Dip fraîcheur.** Mêlez 150 g de fromage frais, 1/2 radis râpé, 1 gousse d'ail hachée, 1 c. à s. de ciboulette et 1 de jus de citron, salez, poivrez et servez avec des crackers.

Savoir & Faire

PRÉPA 45 MINUTES

Ma galette des Rois faite maison

Une savoureuse galette, vite prête grâce à une recette de pâte feuilletée simplifiée.

Une galette délicieusement fourrée à la frangipane, ultra gourmande !

POUR 6 PERSONNES
CUISSON : 40 MIN
REPOS : 50 MIN

La pâte feuilletée : ◆ **250 g de farine** ◆ **200 g de beurre** ◆ **3 g de sel.** **La frangipane :** ◆ **60 g de beurre mou** ◆ **60 g de sucre glace** ◆ **60 g de poudre d'amandes** ◆ **1 œuf** ◆ **60 g de crème pâtissière** ◆ **1 goutte d'essence d'amande amère** ◆ **1 fève.** **La dorure :** ◆ **1 œuf + 1 jaune.**

PRÉPAREZ la pâte. Mélangez la farine et le beurre coupé en morceaux. Incorporez 12 cl d'eau et le sel. Étalez la pâte en rectangle. Pliez-la en trois. Répétez cette opération cinq fois en laissant reposer la pâte 15 min au frais entre les tours.

PRÉPAREZ la frangipane. Mettez le beurre dans un saladier. Incorporez dans l'ordre le sucre, la poudre d'amandes, l'œuf, la crème pâtissière et l'essence d'amande. Réservez au frais.

SÉPAREZ la pâte en deux. Étalez les pâtons en disques de la taille d'une grande assiette. Posez-en un sur une plaque de cuisson couverte de papier sulfurisé. Dorez le pourtour avec l'œuf et le jaune battu.

ÉTALEZ la frangipane au milieu. Posez la fève. Recouvrez avec l'autre disque de pâte. Soudez les bords en pinçant. Coupez l'excédent. Badigeonnez d'œuf battu. Glissez 20 min au frais.

PRÉCHAUFFEZ le four sur th. 7 (210 °C). Dessinez un décor de galette. Badigeonnez une nouvelle fois d'œuf battu et cuisez 10 min. Réglez sur th. 6 (180 °C) et cuisez 25-30 min. Servez chaud ou tiède.

3 idées de garnitures

■ **POIRES ET MARRONS GLACÉS.** Faites fondre à feu doux 350 g de poires pelées et épépinées, le jus d'1 citron, 50 g de sucre et 10 g de sucre vanillé. Écrasez à la fourchette et laissez refroidir. Ajoutez 100 g de brisures de marrons glacés et un trait de rhum.

■ **FRUITS CONFITS ET GRAND MARNIER.** Faites macérer 80 g de fruits confits dans 3 cl de Grand Marnier pendant 15 min. Mélangez 300 g de crème pâtissière et 1 cuil. à s. de crème fraîche. Ajoutez les fruits confits et le Grand Marnier de macération.

■ **CHOCOLAT ET ORANGE.** Faites fondre 100 g de chocolat noir. Versez 10 cl de crème fraîche liquide en remuant. Laissez épaissir le mélange, puis incorporez 100 g d'amandes mondées et concassées. Parfumez de 2 gouttes d'huile essentielle d'orange.

+ la vidéo de la galette aux pralines roses

Le boulanger pâtissier Gontran Cherrier vous explique pas à pas comment réaliser cette galette girly ! Rubrique Dossiers gourmands / Recettes de chefs.

Pour accéder directement, flashez le code ci-contre avec votre smartphone.

Île flottante tropicale

Mer turquoise et sable blanc : offrez-vous un dessert qui vous fait changer d'hémisphère.

A Belle neige
Commencez à battre les blancs d'œufs à vitesse lente, puis accélerez peu à peu la cadence jusqu'à atteindre une vitesse moyenne.

B Des blancs bien fermes
Pour savoir si les blancs en neige sont assez fermes, penchez le saladier : les blancs ne doivent pas glisser.

C Moulés
Les blancs peuvent cuire 45 secondes au four à micro-ondes à 900 W ou 5 min au four à th. 6 chaleur tournante, dans des moules en silicone.

D Kitsch
Pour le décor, pensez aux palmiers et ombrelles pour glaces et cocktails… mais aussi aux petits jouets dans le fond de la caisse de Léo !

E Bon accord
Un cocktail blue lagoon (curaçao, jus de citron et vodka) avec des glaçons. Ou servez un curaçao bleu *on the rocks*, tout simplement.

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 45 MIN - CUISSON : 20 MIN
ATTENTE ET RÉFRIGÉRATION : 2 H

L'île et la crème bleue :
- **4 œufs**
- **145 g de sucre**
- **40 g de noix de coco râpée**
- **30 cl de lait de coco**
- **20 cl de lait**
- **10 cl de curaçao bleu.**

Le décor :
- **4 petits parasols**
- **4 mini étoiles en sucre**
- **1 cuil. à soupe de paillettes alimentaires.**

Quels œufs choisir pour les blancs en neige ?

La réponse de notre expert, directeur des Écoles Lenôtre, Philippe Gobet

Quand on fouette des blancs d'œufs, les protéines qu'ils contiennent, principalement de l'albumine, emprisonnent les bulles d'air créées, faisant monter les blancs en neige. Pour réussir ces derniers, je vous conseille de choisir des œufs extra frais, car ils sont plus riches en albumine. Ils monteront aussi plus facilement et resteront bien fermes après l'étape de la cuisson.

PRÉPARATION

1 MONTEZ les blancs d'œufs en neige molle. Ajoutez 70 g de sucre en fouettant. Quand les blancs sont fermes, incorporez 20 g de noix de coco râpée.

2 PORTEZ à frémissements une grande casserole d'eau. Déposez-y la neige par cuillerées. Laissez-les pocher 1 min. Retournez les îles, puis cuisez 1 min. Retirez-les avec une écumoire et laissez-les refroidir posées sur un linge.

3 FAITES CHAUFFER le lait avec le lait de coco dans une casserole. Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre restant jusqu'à ce qu'ils blanchissent. Délayez avec le lait bien chaud, puis faites épaissir sur feu très doux en remuant sans cesse.

4 RETIREZ la casserole du feu dès que la crème nappe la cuillère. Incorporez le curaçao et laissez refroidir. Répartissez la crème dans quatre coupes et glissez-les 1 h 30 au réfrigérateur.

5 SAUPOUDREZ les îles du reste de noix de coco et des paillettes alimentaires au moment de servir. Posez les îles dans les coupes sur la crème. Plantez les parasols et posez les étoiles. Décorez éventuellement d'une fleur.

LE BON PRODUIT **Le curaçao, une liqueur d'orange amère, tient son nom de l'île des Antilles dont il est originaire. Il en existe de différentes couleurs, dont le bleu, coloré au bleu de méthylène. Vous le dénicherez au rayon apéritifs.**

Bouillons & Cie

Concentrés de saveur, les bouillons, jus et fonds réveillent nos papilles.

Une grande famille. On connaît l'indémodable cube de bouillon de poule ou le court-bouillon. Mais l'offre est bien plus large : jus de rôti ou de crustacés, bouillon aux épices, bio, spécial riz, à teneur réduite en sel ou en matières grasses… Il y en a pour tous les goûts ! La plupart de ces produits se présentent sous forme de cubes ou tablettes, mais il en existe aussi en poudre, en sachets à infuser et même en dosettes.

Quel est leur intérêt ? Ces concentrés font gagner du temps. Plus besoin de laisser mijoter des heures viandes et légumes pour préparer un fond de sauce ou un bouillon. Leur facilité d'utilisation est déconcertante : il suffit de les intégrer directement dans les préparations. Impossible de rater sa recette ! En donnant plus de saveur aux ingrédients, bouillons et fonds permettent de cuisiner avec moins de sel et de matière grasse.

Comment les utiliser ?

- Ajoutés à l'eau de cuisson, les bouillons aromatisent les pâtes, le riz, les légumes, et ils rehaussent les soupes.
- On s'en sert pour parfumer des légumes braisés ou sautés au wok.
- Ils sont pratiques pour concocter les carbonades, bouillabaisses, tajines, currys et autres plats mijotés.
- Ils corsent les jus de viandes et aident à réaliser des sauces bien liées.
- Une cuillerée à soupe de bouillon de légumes pour une cuillerée à soupe de vinaigre et deux cuillères à soupe d'huile font une bonne base de vinaigrette.

Les mariages heureux

- Le bouillon de coquillages est parfait dans le risotto aux fruits de mer.
- Une cuillerée à soupe de jus de rôti aiguise la saveur d'endives braisées.
- Une pincée de bouillon instantané incorporée à des œufs battus avant cuisson donne du relief à une simple omelette.
- Du jus de rôti réduit avec du sucre jusqu'à obtenir une texture de caramel accompagne idéalement le foie gras ou fait un joli décor d'assiettes.
- Le bouillon de bœuf dilué dans une casserole d'eau frémissante, avec des champignons noirs, du tofu et de la coriandre fraîche permet de préparer une soupe asiatique en un clin d'œil.
- Des pommes de terre cuites à l'eau avec un cube de bouillon font une savoureuse purée ou agrémentent une salade.

Réalisation : Béatrice Vigot Lagandré

LA SÉLECTION DE LA RÉDACTION

1. BOUILLON DE CRUSTACÉS Concentré de matières nobles (plus de 50 % de crustacés), ce bouillon haut de gamme à infuser est aussi bon à cuisiner qu'à déguster tel quel.
Ariaké, 3,80 € l'étui de 5 sachets, dans les épiceries fines et grandes surfaces.

2. JUS DE RÔTI Présenté dans sa petite "marmite", ce jus gélifié doit être délayé dans de l'eau avant d'être incorporé à une recette. Ajouté à un rôti en milieu de cuisson avec une échalote émincée, il donne un jus parfumé et bien corsé.
Knorr, 1,90 € l'étui de 4 marmites, grandes surfaces.

3. BOUILLON DE POULET INSTANTANÉ Diluée dans de l'eau frémissante, cette poudre moins grasse qu'un cube traditionnel et garantie sans huile de palme permet de préparer des soupes express. On l'essaye également dans l'eau de cuisson des pâtes ou pour donner de la saveur à des légumes poêlés.
Jardin Bio', 2,75 € le pot de 150 g, grandes surfaces.

4. KUB OR Un produit mythique et indémodable mis au point en 1907 ! Ce petit cube magique fabriqué à partir d'ingrédients d'origine végétale s'ajoute dans l'eau de cuisson du riz ou des pâtes et s'intègre à toutes sortes de plats mijotés.
Maggi, 1,15 € la boîte de 128 g (16 cubes), en grandes surfaces.

5. BOUILLON DE LÉGUMES Sous forme de petits galets, ce produit très pratique à utiliser et riche en goût sait se montrer très vite indispensable. Parfait pour rehausser des légumes poêlés, une soupe de légumes, ou bien pour allonger une sauce.
Picard, 1,95 € le sachet de 150 g, magasins Picard.

Une entrée à la fois simple à cuisiner et très festive.

Saint-jacques en nage d'agrumes à la coriandre

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 5 MIN

◆ 16 noix de saint-jacques avec corail ◆ 1 cube de court-bouillon ◆ 1 citron vert ◆ 1 orange bio ◆ 1 citron jaune bio ◆ 1 pincée de piment d'Espelette ◆ 2 brins de coriandre ◆ sel.

LAVEZ l'orange et les deux citrons. Prélevez des bandes de zeste de citron jaune et d'orange. Taillez-les en petits bâtonnets. Coupez le citron vert en fines rondelles.
VERSEZ 50 cl d'eau dans une casserole et portez à ébullition. Ajoutez le cube de court-bouillon, puis mélangez pour le dissoudre. Ajoutez les zestes d'agrumes et laissez frémir quelques instants.
RINCEZ les noix de saint-jacques. Pochez-les 1 min dans le bouillon.
RÉPARTISSEZ les noix de saint-jacques et le bouillon dans quatre assiettes creuses. Décorez de coriandre ciselée et de rondelles de citron vert. Saupoudrez de piment d'Espelette. Goûtez le bouillon et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Servez aussitôt.

Risotto safrané aux saucisses

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MIN
CUISSON : 25 MIN

◆ 4 chipolatas ◆ 300 g de riz à risotto ◆ 10 cl de vin blanc sec ◆ 2 tablettes de bouillon de volaille ◆ 1 échalote ◆ 2 cuil. à soupe d'huile ◆ 25 g de beurre ◆ 80 g de parmesan ◆ 1 pincée de safran ◆ sel, poivre.

FAITES FONDRE les tablettes de bouillon de volaille dans 1 l d'eau frémissante.
FAITES REVENIR l'échalote pelée et émincée avec l'huile dans une sauteuse. Versez le riz et remuez jusqu'à ce que les grains soient translucides.
MOUILLEZ avec le vin. Quand il s'est évaporé, ajoutez le safran. Versez le bouillon louche après louche en attendant chaque fois que le riz l'absorbe. Cuisez 18 à 20 min.
COUPEZ les chipolatas en morceaux et faites-les cuire dans une poêle antiadhésive.
INCORPOREZ-LES dans le risotto. Salez et poivrez. Incorporez le beurre et le parmesan râpé avant de servir.

CONSEIL Pour bien réussir votre risotto, mélangez longuement le riz tout au long de la cuisson. De cette façon, les grains libéreront leur amidon, ce qui apportera de l'onctuosité à la préparation.

Un risotto fondant et ultra gourmand.

Madiran

Parfums de terroir

Idéal sur les plats mitonnés, ce cru ancien du Sud-Ouest montre toute sa délicatesse sur un tartare ou un magret.

LA ROBE
Rouge sombre, presque noire parfois, reflets cerise évoluant en tuilé.

LE NEZ
Puissant, fruits noirs (mûre et cassis), cerise et framboise), plus ou moins confiturés, cacao, pruneau, réglisse.

LA BOUCHE
Intense, structurée et généreuse, longue, un peu râpeuse parfois, avec des notes de muscade et de girofle.

D'où vient-il ?

À la croisée des Hautes-Pyrénées, des Pyrénées-Atlantiques et du Gers, les vignes de madiran – 1 300 hectares – sont plantées au cœur du Sud-Ouest sur des coteaux bien orientés et pentus, propices à une bonne maturation des raisins. L'appellation d'origine contrôlée autorise quatre cépages rouges. Le tannat représente 66 % de l'encépagement, qui trouve ici son terroir de prédilection, avec un climat chaud et sec et des sols bien drainés.
Le cabernet franc, le cabernet sauvignon et le fer servadou ou pinenc viennent le compléter.
Selon les parcelles, les assemblages et les vinifications, les vins obtenus vont du fruité, rond et souple, qu'on boira assez jeune, à la cuvée puissante, parfois 100 % tannat, élevée en fût et apte à un long vieillissement.

Quand le boire ?

Servez les cuvées fruitées après un an ou deux, et les plus boisées après plusieurs années : la plupart peuvent se garder dix ans.

Comment le boire ?

Rafraîchi à 14 °C s'il est fruité, et à 16-17 °C pour les autres.

Accords parfaits

Tartare, volailles rôties, magret, confit ou cassoulet pour un madiran jeune. Gibier, daubes, fromages à pâte dure et desserts au chocolat noir s'il est plus vieux.

Sympa sur un tartare.

Notre sélection

Épicé
Au coin du feu

Ce madiran offre un caractère un peu rustique, avec des arômes d'épices douces et de fruits noirs confiturés, une bouche aux tanins marqués et une finale déjà bien évoluée. Pour réchauffer l'hiver, on le sert sur une garbure ou un pot-au-feu.

Château Peyros 2008, vieilles vignes, 9,50 €, au domaine et chez les cavistes.

Intense
Dîner de gourmands

Un beau vin bien typé, 100 % tannat, élevé un an en fût de chêne neuf et qui a de quoi vieillir. Robe sombre, nez de fruits noirs et d'épices, bouche intense mais aux tannins déjà fondus et à la finale gourmande. Servez-le en carafe sur un civet de lièvre ou avec une côte de bœuf.

Domaine Capmartin, Cuvée du Couvent 2010, 12 €, domaine et cavistes.

Élégant
Repas de famille

Un peu de cabernet sauvignon apporte de l'élégance au tannat : ce vin a un nez intense de fruits rouges et noirs, bien équilibré, avec une bouche ample, épicée, une finale longue et fraîche. Pour le dimanche sur une oie rôtie, un gigot ou une gibelotte de lapin.

Odé d'Aydie 2009, Laplace, 9 €, domaine et cavistes.

Structuré
Viandes rouges

Avec ses 90 % de tannat, ce vin très foncé a un nez de fruits confiturés et de pruneau avec des notes de cacao. Bouche puissante, bien équilibrée, aux tanins déjà fondus. À boire sur un pigeon, une entrecôte à la moelle, un tartare épicé.

Château de Crouseilles 2009, 7,50 €, Intermarché, Leclerc, Auchan.

Réalisation : Elisabeth de Meurville

Adresses en fin de numéro

Bouteilles fines et fun

Un cadeau, un événement à fêter ? On se laisse tenter par des vins qui feront leur effet à table.

2004 Millésime de choix

Après la canicule de 2003 et ses vins très chaleureux, 2004 marque le retour à la normale avec un été pluvieux, mais un mois de septembre ensoleillé et chaud. Ce millésime est excellent pour les rouges de Bordeaux, comme le **Château Citran,** un haut-médoc élégant (15,30 €, sur Internet) ou les blancs de Bourgogne tel le **chablis du Domaine Sainte Claire de Brocard,** parfait sur les langoustines (9,95 €, au domaine). Les vins de nombreux vignobles sont cotés 16/20 par les spécialistes et peuvent encore vieillir quelques années.

En Champagne, ce fut une grande année, en quantité et qualité, millésimée dans la plupart des maisons.

Les 2004 sont actuellement sur le marché, comme le **Grand Millésime de Gosset,** élégant et fin, complexe et intense (61 €, cavistes) ou le **brut rosé de Pol Roger,** très structuré et fruité, avec une note minérale rafraîchissante (79 €, cavistes). Pour les grandes occasions, à l'apéritif ou sur un repas avec noix de saint-jacques, volaille et dessert aux fruits.

PRÉNOM ENIVRANT Alice

Ce prénom, d'origine germanique, signifie "noble". Plusieurs cuvées pleines de charme lui sont consacrées, comme ces trois vins du Sud, élégants et invitant à la rêverie.

- **Un corbières-boutenac rouge du Château Ollieux Romanis,** à la robe profonde et au bouquet de petits fruits rouges, intense et puissant, mais sans lourdeur, idéal sur un magret au cassis (6 € le 2010).
- **Un minervois du Domaine Vordy Mayrannes,** rouge lui aussi, au nez de cerise et de violette avec des notes de cacao, à savourer sur un carré d'agneau (13 € le 2009).
- Enfin, **un minervois blanc, le Château Cabezac,** vif et souple, aux notes d'anis et de citron, à goûter sur un bar grillé ou du saumon mariné à l'aneth (6,80 € le 2011).

Adresses en fin de numéro

Réalisation : Elisabeth de Meurville

Dégustation au pays du Soleil-Levant

Coffret à offrir

Les amateurs français de whisky n'ont pas encore forcément goûté aux crus nippons, désormais reconnus parmi les meilleurs du monde. Avec son doseur, ses deux verres et sa bouteille de whisky tourbé, ce coffret, à déplier comme un origami, offre une occasion de découvrir une autre contrée du whisky. **Élégant et dépaysant.**

Coffret Origami, de Nikka, 59 €, magasins Nicolas.

Le foie gras de canard entier

Peu importe qu'il soit mi-cuit, en conserve ou frais. Pour juger de la qualité d'un foie gras, mieux vaut se fier à ses sens et goûter.

Coup de cœur

FEYEL
Équilibré

On apprécie son assaisonnement bien dosé, au cognac et avec une pointe de sucre, à la fois doux et parfumé. Un foie gras très fondant et qui ne paraît pas excessivement gras.

Le ⊕ Il se coupe bien, même très froid.

Le ⊖ Il se conserve peu de temps.

Foie gras de canard entier, 20 € les 220 g, dans les grandes surfaces.

MONOPRIX GOURMET
Classique

Son assaisonnement au sauternes sait rester discret et la cuisson sous vide préserve bien les saveurs et donne une consistance ni trop ferme ni trop grasse.

Le ⊕ Il plaîra à tous.

Le ⊖ Son aspect régulier.

Foie gras de canard entier du Sud-Ouest en lobe mi-cuit, 19 € les 300 g, Monoprix.

NOS RÉGIONS ONT DU TALENT
Rustique

Certes il est en conserve, mais il ne décevra pas les amateurs de mi-cuit, qui lui trouveront un goût savoureux, franc et fin.

Le ⊕ Un aspect marbré très appétissant quand on le coupe en tranches.

Le ⊖ On le sort difficilement du bocal.

Foie gras de canard entier du Sud-Ouest, 10,70 € les 180 g, dans les magasins Leclerc.

REFLETS DE FRANCE
Corsé

Presque trop fondant, ce foie paraît trop gras s'il n'est pas assez froid. À bonne température, on apprécie son goût intense et franc de canard, mis en valeur par un assaisonnement relevé en sel et poivre.

Le ⊕ Il est facile à étaler.

Le ⊖ Son aspect trop homogène, semblable à du bloc de foie gras.

Foie gras de canard entier du Sud-Ouest au torchon, 10,70 € les 180 g, Carrefour.

MONTFORT
Raffiné

Passé l'aspect peu engageant du "torchon" en tissu extensible qui le recouvre, ce foie gras au grain lisse et fin offre une saveur nature réussie, grâce à un assaisonnement simple, au sel de Guérande et au poivre.

Le ⊕ Il plaira à ceux qui l'aiment sans alcool.

Le ⊖ Un léger manque de personnalité.

Foie gras de canard entier du Sud-Ouest au torchon, 29 € les 300 g, grandes surfaces.

LEADER PRICE
Petit prix

Bien fondant à condition de le sortir un peu à l'avance du réfrigérateur, ce foie gras agréable présente un assaisonnement original, aux deux poivres et à la coriandre, assez léger.

Le ⊕ Une origine française à prix doux.

Le ⊖ À ce prix, aucun reproche !

Foie gras de canard entier en lobe, 11 € les 300 g, magasins Leader Price et Franprix.

Réalisation : Valérie Bastel

Goûtés pour vous en janvier

SAUCE REVISITÉE

Connue pour ses moutardes ou ses vinaigres, cette maison champenoise innove avec cette sauce cocktail aux tomates séchées raffinée. Très fondante, bien moutardée, sa note fruitée de tomate reste longtemps en bouche après avoir sublimé crudités, poissons grillés, tartare de thon ou simples crevettes.

Sauce cocktail aux tomates séchées, Clovis, 1,80 € les 125 g, dans les grandes surfaces.

PERLES NORMANDES

Elles sont irrésistibles ! La chair abondante de ces huîtres de Normandie a une saveur unique, douce et croquante, finement iodée et délicatement fruitée, parfois sucrée. Elles s'apprécient fraîches accompagnées d'une tartine de pain de seigle beurrée ou dans des recettes chaudes où leur aspect charnu fait merveille.

Huîtres spéciales normandes d'Utah Beach, calibre n° 3, Casino Délices, 15 € les 18 pièces, magasins Casino.

PURÉE COLORÉE

On a beau l'avoir déjà croisée en chips ou au restaurant, cette variété ancienne de pommes de terre fait toujours son petit effet avec sa chair violette 100 % naturelle. Avec du lait, de l'huile d'olive et du sel, cette écrasée de vitelotte fait sensation en verrine chaude ou avec les volailles et poissons. Superbe en trio, avec un dôme de purée de carottes et un autre de châtaignes.

Écrasé de pommes de terre vitelotte, Les Festives, Créaline, 3,60 € les 2 x 180 g, en grandes surfaces.

PRESQUE FAIT MAISON

Ce foie gras se poche quelques minutes dans de l'eau frémissante. Précuit afin de réduire sa fonte au maximum, il est emmailloté dans son torchon de cuisson qui retient une bonne partie du gras au moment du service. Sa forme régulière contribue à son succès. Très finement épicé, un soupçon de sel ou une pointe de poivre lui vont à ravir.

Mon foie gras facile ! Montfort, 21 € les 400 g, grandes surfaces.

COOKIES EN OR

Dans une jolie bouteille rétro, tout ce qu'il faut pour préparer, en un clin d'œil, une quinzaine de cookies en ajoutant simplement un œuf et du beurre. Des flocons d'avoine pour le croustillant, de grosses pépites de chocolat de qualité pour la gourmandise et de superbes billes dorées (à déposer dessus juste avant cuisson) pour un effet "princesse" craquant. En moins de quinze minutes, les bords sont dorés et le cœur fondant. La réussite est totale.

Choco gold, Mon Kit Cookies, 12,50 € les 350 g, Mon Kit Cookies sur Internet.

CŒUR PUISSANT

Déclinaison saisonnière de la pointe de brie, ce fromage voit sa pâte fondante traversée en son cœur par une fine couche de mélange cinq-baies (coriandre, poivres vert, noir, blanc et rose) qui stimule les papilles. Une association osée, mais réussie, particulièrement appréciée en dés sur des piques à l'apéritif avec un grain de raisin, glissé dans un cake salé ou encore en tranches sur une tarte aux pommes de terre.

Brie aux 5 baies, Cœur de Lion, 1,70 € les 125 g, grandes surfaces.

CHIC MARIN

Finesse et originalité sont réunies dans ce mariage réussi entre l'onctuosité d'un tarama aux œufs de cabillaud fumés et des éclats de noix de saint-jacques fumées qui donnent du croquant à la dégustation. À goûter sur des rondelles de pommes de terre tièdes, des blinis ou des crackers. Et à ce prix, aucune raison de se priver d'une telle fête des sens.

Tarama aux noix de saint-jacques fumées, Dom Petroff, 3,50 € le pot de 80 g, dans les grandes surfaces.

VIVE LA BÛCHE

Cet opéra n'a pas fini de vous faire chanter. Sous sa garniture élégante en damier se cache la superposition d'un biscuit moelleux aux amandes, d'une crème légère au café, parfumée juste comme il faut pour souligner à merveille les notes puissantes d'une ganache de chocolat fondant. Une pure merveille à déguster de préférence à la fin du repas avec un espresso ou bien à l'heure du goûter, accompagné d'un cappuccino crémeux.

Bûche Opéra, 15,90 € (10 parts), magasins Auchan.

Réalisation : Catherine Lamontagne

Les questions à se poser avant de choisir (et nos réponses !)

Les machines à expresso s'adressent aux amateurs de cafés courts et intenses.

■ **Quelle pression ?** Il faut au moins 15 bars pour que l'eau passe vite à travers le café (30 secondes). Le petit noir garde ainsi tout son arôme et donne une mousse onctueuse et veloutée.

■ **Une ou deux tasses ?** Les modèles à dosettes ou capsules, très simples, font un café idéalement dosé, mais elles n'en préparent qu'un seul à la fois et les dosettes coûtent beaucoup plus cher que le café moulu ou en grains. Les modèles expresso classique et avec broyeur peuvent quant à eux préparer deux tasses simultanément et laissent libre quant au choix du café.

■ **Quelle puissance choisir ?** Plus elle est élevée, plus l'eau chauffe vite. Certains appareils sont en outre équipés d'un système thermobloc qui assure une montée en température rapide et constante.

■ **Comment économiser de l'énergie ?** Une étiquette énergie existe en Suisse et est en cours d'élaboration dans l'Union Européenne. Privilégiez un appareil doté d'une mise en veille automatique ou du système Start and Stop toujours prêt, qui ne consomme de l'électricité que lorsqu'on prépare un café !

■ **Autres détails importants ?** Un système de filtration de l'eau purifie l'eau et permet de réduire les risques d'entartrage. La buse à vapeur prépare la mousse de lait (pour le cappuccino, le latte macchiatto…). Enfin, un plateau chauffe-tasses garde les tasses chaudes et à portée de main.

Expresso

Les dosettes ou capsules

❶ La plus compacte

❷ La plus intelligente

❸ La plus ludique

1. GÉOMÉTRIE VARIABLE

Fonctionnant avec des capsules de type Nespresso, cette machine a un réservoir multipositions coulissant à 180° pour s'intégrer dans tous les espaces. Ses trois touches tactiles rétro-éclairées proposent trois longueurs de tasses. Elle préchauffe ultra vite et se met en veille après 9 min. Avec une pompe 19 bars, un bac amovible 0,7 litre, elle éjecte la capsule automatiquement après usage.

M130U, largeur 11,5 cm, H 28,5 cm, 1260 W, 140 €, Magimix.

2. HIGH-TECH

Composée de modules clipsés recyclables, faciles à démonter et à remplacer, cette machine de torréfacteur est conçue pour durer. Fabriquée en France avec des matériaux dernière génération, elle est équipée de la fonction NFC (connexion par contact). Il suffit d'approcher son smartphone de la machine pour accéder à des services : manuel, commande de dosettes et SAV. Pression 21 bars, réservoir amovible 0,8 l, éjection automatique de la dosette, système éco-énergie Start and Stop.

Ek'oh, hauteur 25,4 cm, 1500 W, 150 €, Malongo.

3. MULTI-BOISSONS

Formes généreuses, design stylisé : elle ne passe pas inaperçue ! Avec 15 bars de pression, cette machine familiale réussit aussi bien de vrais expressos qu'un large choix de boissons chaudes ou froides. Conçue pour fonctionner avec les capsules Nescafé Dolce Gusto, elle se met en veille après cinq minutes. Sélection manuelle de l'eau chaude ou froide et réservoir amovible 1,3 litres.

Nouvelle Melody Dolce Gusto, H 31 cm, 1500 W, 110 €, Krups.

4. CAFÉ FILTRE ET EXPRESSO

D'un côté, sa cafetière filtre (0,8 l) prépare les bols du petit déjeuner, de l'autre elle fait des expresso 15 bars avec porte-filtre unique 1 ou 2 tasses, compatible avec les dosettes ESE et le café moulu. Système thermobloc, réservoir 1,1 l, bouton d'éjection du marc sur le porte-filtre et buse à vapeur.

Combiné Expresso Perfecto, H 33 cm, 1450 W, 150 €, Rowenta.

5. AUTOMATIQUE

En Inox massif, cette machine robuste et performante permet de programmer deux volumes d'expresso et a une grille ajustable en hauteur pour accueillir petites ou grandes tasses. Elle est compatible avec le café moulu et les dosettes en papier et dispose d'une buse à eau chaude et à vapeur. Sous label énergétique

Réalisation : Annie Boschet

presto !

Un petit noir comme au bistrot, c'est possible avec tous types de machines. La preuve avec ces modèles à filtre, à capsules ou avec broyeur… testés pour vous.

❹ La plus polyvalente

❺ La plus pro

Coup de cœur

Les classiques

❻ La plus rétro

❼ La plus stylée

suisse classe A, la veille s'active après dix minutes. Pression 19 bars, système thermobloc, plateau chauffe-tasses, réservoir 1,2 litres et cartouche de filtration.

CE 442 A, H 30,5 cm, 1275 W, 250 €, Riviera & Bar.

6. COULEUR TENDRE

Elle séduit par son look rétro et son coloris vert avec finitions chromées. Ses deux thermostats font chauffer l'eau et la vapeur séparément. Pression 15 bars, porte-filtre unique pour café moulu ou dosette ESE, tasse mouture intégré, buse à eau chaude et à vapeur, plateau chauffe-tasses et réservoir 1,4 litres.

Icona Vintage 310, H 30 cm, puissance 1100 W, 180 €, De Longhi.

7. SATINÉE

Bon rapport qualité/prix pour cette machine élégante et silencieuse. Elle se règle en hauteur pour préparer un ou deux cafés à la fois. Son porte-filtre compatible avec le café moulu et les dosettes ESE dispose d'un bouton d'éjection automatique de la galette de marc. Équipée d'une pompe à pression 18 bars, d'un plateau chauffe-tasse, d'une buse pour la vapeur et d'un réservoir 1,2 l.

Squissita Plus CE4550, H 30,5 cm, puissance 1150 W, 130 €, Solac.

8. À LA CARTE

Elle permet de choisir l'intensité, la quantité, le réglage de la mouture et la longueur du café ! Son broyeur en céramique assure une mouture précise et sans surchauffe du café. Avant de se mettre en veille (30 min, label suisse classe A), la machine nettoie automatiquement son circuit de café. Pression 15 bars, buse à eau chaude et vapeur, réservoir 1,5 l.

Robot café Intuita, 1850 W, 25,6 x 44 cm, hauteur 34 cm, 399 €, Philips Saeco.

❽ La plus fonctionnelle

■ **Adresses en fin de numéro**

Secrets de

Nos conseils, nos bons plans, vos astuces, pour progresser en cuisine, innover et épater vos convives.

SOS LECTRICES

Je reçois des amateurs de fromage et je n'y connais rien !

■ **Choisissez un plateau classique,** avec quatre à six fromages aux saveurs variées, des plus douces aux plus typées. Optez par exemple pour un valençay, un beaufort, une fourme d'Ambert, un munster, un brillat-savarin et un saint-nectaire. Sortez-les du réfrigérateur 1 h avant le service. Posez les plus grands au centre du plateau. Ne les serrez pas les uns contre les autres et prévoyez un couteau pour chaque fromage.

■ **Autre option,** proposez un fromage unique, bien affiné, comme un mont d'or ou un coulommiers. Dans tous les cas, attendez le tout dernier moment pour couper le pain.

VRAI OU FAUX ?

Les légumes bio sont beaucoup moins polluants

VRAI, mais seulement si leur origine est locale. Cultivés sans pesticides, les fruits et légumes bio sont plus sains pour notre corps et pour la planète. Mais le transport par camion, bateau ou avion, ainsi que la culture sous serre des produits hors saison, présentent finalement un bilan écologique plutôt lourd. Donc, on dit oui au bio, évidemment, et trois fois oui, s'il est local et de saison !

C'est plus sain si...

On remplace la crème fraîche

Avec plus ou moins 30 % de matière grasse, la crème fraîche est assez calorique. On peut lui substituer du yaourt velouté ou du fromage blanc, bien plus légers, dans les recettes de sauces froides tout en conservant la saveur lactée et l'onctuosité que l'on recherche. Attention, si c'est pour une sauce chaude, ne faites surtout pas bouillir.

CHIC & CHOC !

Osez le foie gras au pop-corn

Amusante, insolite, originale et tout à fait délicieuse, cette association mêle deux saveurs bien assorties. Elle rappelle les tartines de foie gras sur du pain à la farine de maïs, très prisées dans le Sud-Ouest. Le pop-corn garde l'esprit de l'accord traditionnel avec le pain et permet des jeux de textures et des façons de présenter plus originales, comme en verrines ou en mini brochettes.

NICKEL

LE SEL, UN PRODUIT UNIVERSEL

Exhausteur de goût reconnu, le sel sait aussi rendre de nombreux services.

■ **IL LIMITE LES TACHES DE VIN.** En versant tout de suite du sel sur une tache de vin, on en élimine une grande partie. Il suffit ensuite de laver le tissu sans attendre.

■ **IL ÉVITE LES BAVURES.** Une pincée de sel au fond de la poêle chaude avant d'y placer un corps gras limite le risque d'éclaboussures.

■ **IL EMBELLIT LES LÉGUMES.** Il aide les pommes de terre poêlées à dorer. Du sel ajouté à l'eau de cuisson du chou-fleur l'empêche de jaunir.

■ **IL AIDE À ÉPLUCHER LES LÉGUMES À PEAU FINE** ou de forme tarabiscotée. Il suffit de les frotter avec du gros sel.

■ **IL ACCENTUE L'ARÔME DU CAFÉ MOULU.** Ajoutez une petite pincée de sel au café avant de le passer.

C'est vous qui le dites

“Mes escalopes de foie gras ne se délitent jamais quand je les poêle. Je commence par choisir un foie de qualité extra que je taille en escalopes de 2 cm d'épaisseur. Ensuite, je les farine légèrement du bout des doigts avant de les laisser raffermir 5 ou 6 minutes au congélateur. Je les saisis à la poêle brièvement, jusqu'à coloration.”

Madame F., du Gers.

Retrouvez plus de conseils, de recettes et de leçons filmées sur le site de Cuisine Actuelle
www.cuisineactuelle.fr
et partagez vos bons plans sur :
lecteurs@cuisineactuelle.fr

Les services Cuisine Actuelle

Un renseignement sur le magazine ou sur l'abonnement, c'est ici.

Pour s'abonner

France métropolitaine
21,40 € au comptant

Par courrier
Service Abonnements Cuisine Actuelle
62066 Arras Cedex 9

Par téléphone
0826 963 964 (0,15 €/min)

Par Internet
Sur notre site :
www.prismashop.cuisineactuelle.fr

Pour contacter le service lecteurs

Par courrier
Service lecteurs Cuisine Actuelle
13, rue Henri-Barbusse,
92624 Gennevilliers

Par téléphone
France métropolitaine : **01 73 05 67 50**
DOM-TOM et étranger :
(00) 33 1 73 05 67 50

Par mail
lecteurs@cuisineactuelle.fr

Anciens numéros
Contacter le service abonnements : adresses, téléphone et Internet ci-contre.

Crédits photos Couverture (galette) : Sucré Salé/Caste. CNIEL/Les Studios Associés : Ribaut, p. 25(4). Creutz : p. 77. DR : p. 28, 38, 58, 65. Getty : p. 74 ; Carrasco, p. 78 ; Stockphoto/Thinkstock, p. 74 ; St-Onge, p. 75. IGP/Kiwi Adour : p. 14. IPC Syndication : Woman & Home/Scott, p. 60. Jahreszeiten Verlag : GuU/Kramp & Gölling, p. 79 ; GuU/ Rynio, p. 79. Larousse : Viel, p. 79. Le Neve : p. 77. Marielle/Gault : p. 5, 62, 64-65(7). Mondadori : p. 35. Odyssée Studio : Bru, p. 70. Oredia : Desjardins, p. 36. Perier : p. 76. Princet : p. 50. Prismapix : Schmitt, p. 51. Rouvrais : p. 16, 20. Studio X/Stockfood : Beisch, p. 20 ; Brown, p. 3 ; Carlott, p. 58 ; ES-Cuisine, p. 22 ; FC/GmhB Emotive Images, p. 18 ; Fenot, p. 4, 44-47(4) ; Garlick, p. 22 ; Greatstock, p. 79 ; Gross/Krsger, p. 75 ; Jakusz, p. 59 ; Jarry, p. 75 ; Koldunova, p. 78 ; Lannerétonne, p. 24 ; Ninpraphat Lippert/Kaktusfactory, p. 16 ; Schwabe, p. 78 ; Winkelmann, p. 46. Sucré Salé : Adam, p. 39 ; Amiel, p. 22 ; Aubergine Studio, p. 39 ; Bagros, p. 20 ; Carnet, p. 49 ; Caste, p. 63 ; Fondacci Markezana, p. 41 ; Food, p. 39 ; Food Photo & Video/Eising Studio, p. 74 ; Hall, p. 17 ; Kettenhofen, p. 68 ; Leser, p. 67 ; Nicoloso, p. 56-57(3) ; Radvaner, p. 4(2), 6-9(4), 26-30(7), 32-33(7) ; Rivière, p. 79 ; Roche, p. 4, 48, 54, 55, 70 ; Ryman Cabannes, p. 18, 20 ; Sporrer/Skowronek, p. 24 ; Studio, p. 4, 24, 39, 41(2) ; Veigas, p. 49 ; Viel, p. 41, 54, 78. Sunray Photo : Apetit/Kucera, p. 1, 36-38(5) ; Saveurs/Viel, p. 67. Thinkstock : Suto, p. 78. Tournayre : 76.

Cuisine Actuelle

Magazine mensuel
édité par
GROUPE PRISMA MEDIA
13, rue Henri-Barbusse, 92230 Gennevilliers
Téléphone : 01 73 05 45 45
Site Internet : www.cuisineactuelle.fr

Société en nom collectif au capital de 3 000 000 €, d'une durée de 99 ans, ayant pour gérant Gruner + Jahr Communication GmbH. Ses trois principaux associés sont Média Communication SAS, Gruner + Jahr Communication GmbH, France Constanze-Verlag GmbH & Co KG

RÉDACTION
13, rue Henri-Barbusse, 92624 Gennevilliers cedex
Téléphone : 01 73 05 + N° de poste
Télécopie : 01 47 92 66 05

Rédactrice en chef : Anne Gillet (6598)
Rédactrice en chef adjointe : Sophie Janvier (6592)
Directrice artistique : Marion Thérizol (6590)
Secrétariat : Sophie Lassous (6598)
Rédaction : Sophie Pasternak (recettes, 6604) et Isabelle Contrepas (magazine, 6605), chefs de service, Fabienne Haberthur (6606), chef de service adjointe, Thierry Roussillon (6603), chef de rubrique
Secrétariat de rédaction : Jean-Luc Michel, 1er secrétaire de rédaction (6595), Christine Guérin (6594), Elsa de Lavergne (6593), Véronique Fève (6596)
Maquette : Carmen Gires-Gresa (6613) et Michel Poyac (6607), chefs de studio, Sylvain Feix, 1er maquettiste (6978), Ymkje Haringsma (6614), Corinne Letourneur (6608)
Photo : Sylvie Cornet (6587), chef de service, Sybille Joubert (6768), chef de rubrique
Comptabilité : Catherine Villeneuve (4542)
Fabrication : Yann Saunier (6859)
Ont collaboré à ce numéro : M. Abadie, V. Bestel, A. Blin-Gayet, A. Boschet, B. Buno, A. de Crozet, M. Domange, M. Fiess, M.-C. Frédéric, C. Lamontagne, C. Masson, E. de Meurville, I. Millet, N. Renaud, P. Roumégoux, P. Sinsheimer, R. Sourdeix, A. Tartarat, B. Vigot Lagandré, A. Picard.

PUBLICITÉ, MARKETING & DIFFUSION
Directrice exécutive Prisma Pub : Aurore Domont (6505). **Directrice commerciale adjointe grande conso :** Martine El Koubi (6410). **Directeur de publicité :** Thierry Flamand (6426). **Responsables de clientèle :** Anne-Charlotte Masseau (4540), Élise Naudin (6405). **Assistante commerciale :** Salima Maou (4544). **Responsable planning :** Sylvie Marques (4635). **Directrice commerciale adjointe opérations spéciales :** Géraldine Pangrazzi (4749). **Responsable opérations spéciales :** Frédérique Teisseire (6482). **Responsable commerciale exécution :** Marie-Annick Bobet (6476). **Directeur du marketing opérationnel :** Charles Jouvin. **Directrice marketing client :** Nathalie Lefebvre du Prey. **Directeur commercialisation réseau :** Serge Hayek. **Directeur des ventes :** Bruno Recurt.

Directeur de la publication : Rolf Heinz
Éditrice : Pascale Socquet
Directrice marketing : Claire Bernard
Chef de groupe : Marion Grandjean

Service abonnements et anciens numéros :
62066 Arras Cedex 9
Tél. 0811 23 22 21 (prix d'une communication locale)
www.prismashop.cuisineactuelle.fr
Photogravure : Allo Scan
Imprimé en Allemagne :
Prinovis Itzehoe, am Vossbarg, 25524 Itzehoe
Distribution : Presstalis
ISSN : 09893091. Commission paritaire : n° 0114 K 84150
Création janvier 1991
© 2012 Prisma Média
Dépôt légal : décembre 2012

La rédaction n'est pas responsable de la perte ou de la détérioration des textes ou photos qui lui sont adressés pour appréciation. La reproduction, même partielle, de tout matériel publié dans le magazine est interdite.

Audience mesurée par AUDIPRESSE

La vieille ville d'Uzès, joyau architectural.

5 raisons d'aller à Uzès

1 Célébrer la truffe

Le précieux champignon s'arrondit dans le "triangle noir" (Drôme, Vaucluse et Gard). Le duché d'Uzès le fête plus particulièrement le week-end des 19 et 20 janvier. Le samedi soir, cinq chefs cuisineront un dîner d'anthologie, avec 25 kg de truffes. Le lendemain, dès 7 h, les contrôleurs vérifieront la qualité des spécimens proposés aux particuliers sur le marché dédié, place aux Herbes.

2 Tout savoir sur les truffières

Il a creusé une tranchée pour donner à voir le système racinaire des arbres à ses visiteurs et planté un verger expérimental pour connaître les essences favorables à la formation du champignon. Rien ne vaut, pour comprendre la truffe, une balade avec Michel Tournayre dans son exploitation de 15 hectares.

3 Apprendre à cuisiner la *tuber melanosporum*

Avec sa décoration alliant pierres apparentes et mobilier en métal, La Maison Rouge est une des plus charmantes maisons d'hôtes d'Uzès (95 à 130 € pour deux, petit déjeuner gourmand compris). Le chef Laurent Maire y organise du 22 au 26 janvier un stage de cuisine autour de la truffe : cinq sorties, quatre ateliers et les dîners en commun sont prévus. Le coût : 600 euros.

4 Voir couler l'huile fraîche

L'huile d'olive à la saveur "fruitée noire" obtenue à partir des fruits mûrs s'extrait au mois de janvier. Pour assister à l'opération de broyage et goûter ce jus de fruits frais exhalant tout l'arôme des picholines, typiques de l'AOP de Nîmes, on court au Moulin d'Uzès, un beau bâtiment design construit en pierre de Vers.

5 Déguster les vins du Duché d'Uzès

La cuvée Garrigue d'Aureillac du domaine Chabrier, une AOP Duché d'Uzès à base de viognier, s'associe bien avec la truffe. Un tour au caveau, à Bourdic, vous fera découvrir aussi des IGP Cévennes et Coteaux du Pont du Gard, délicieux et à petit prix, vinifiés par le charismatique Patrick Chabrier.

Réalisation : Aliette de Crozet

Adresses en fin de numéro

On flâne aussi…

Champagne-Ardenne

…à Troyes : voilà du boudin !

Et si, pour changer de la galette des Rois, on se partageait une bonne charcuterie ? Dès le week-end de l'Épiphanie et jusqu'à la fin du mois, Thierry Prautois glisse des fèves dans son boudin. Son magasin, situé 168 rue du Général-de-Gaulle, ne désemplit pas ! Au numéro 28 de la même rue, un autre artisan charcutier, Patrick Maury, est célèbre pour son andouillette. Il réalise aussi en début d'année de succulents boudins noirs aux raisins secs et boudins blancs aux ris de veau et foie gras. Des spécialités qui changent du dispendieux champagne bien connu de cette ville.

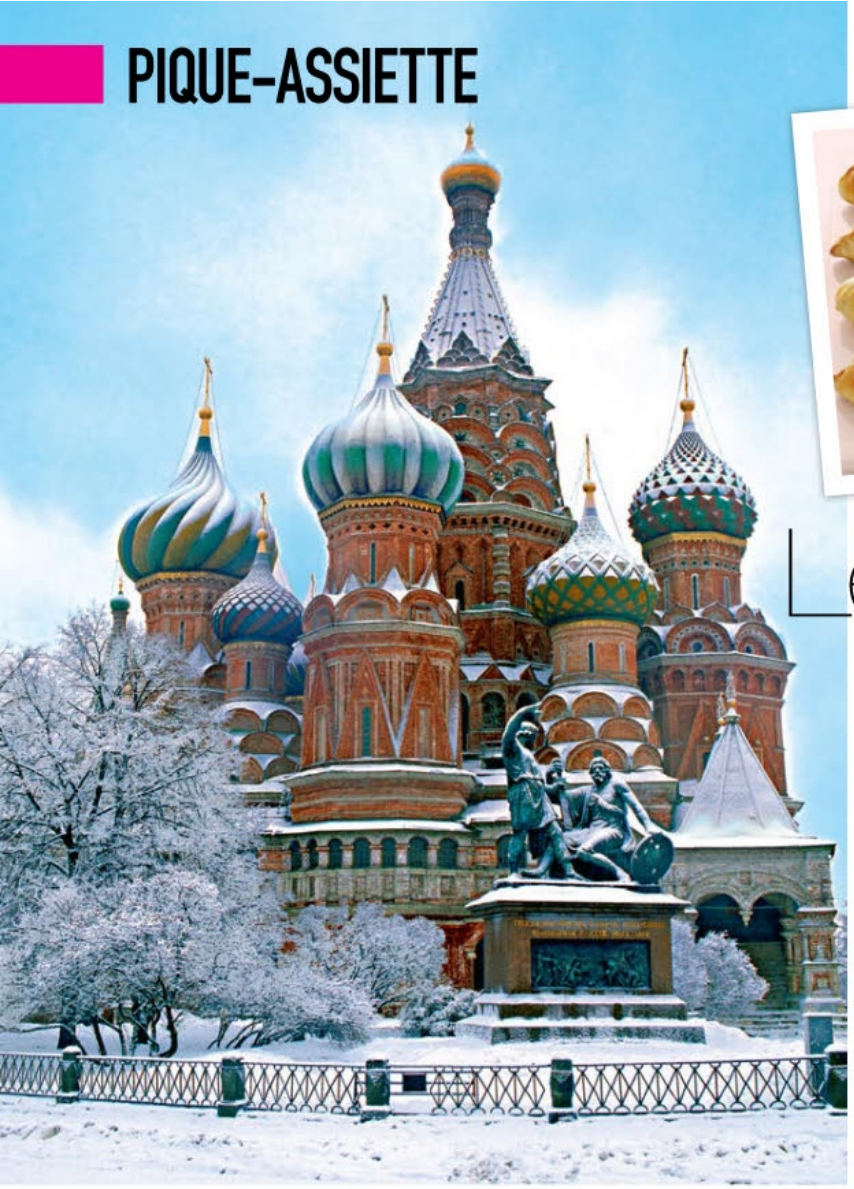
La place du Marché-au-Pain de Troyes.

Le bretzel livre tous ses secrets.

En Alsace

…à L'Écomusée d'Alsace à Ungersheim

Il met l'accent sur la "petite année", du 26 décembre au 6 janvier. Les paysans y accordaient de l'importance, car ces jours étaient sensés résumer l'année à venir. Cette période particulière avait ses gourmandises spécifiques, "bredalas" et bretzels de nouvel an que l'on apprend à préparer dans les ateliers de l'après-midi. Du 2 au 6 janvier, les apprentis pâtissiers s'attaquent à la galette des Rois. Le 6, à 17 h, les Rois mages parcourront le village en costumes chatoyants, avant un bon chocolat chaud !



C'est toujours mieux là-bas !

Les Russes en mangent à n'importe quelle heure de la journée. Les pirojkis, des petits chaussons fourrés au poisson, à la viande, aux légumes ou encore au riz sont de la taille d'une bouchée. Ils sont mis à cuire dans le four ou à la friture.

Le goût de la Russie

Extraordinaire mélange des cuisines d'Europe de l'Est, la gastronomie russe nous séduit.

French touch

Le bortsch, potage très populaire dans le centre et le sud du pays, tient sa belle couleur rouge de la betterave. Il est cuisiné avec de la viande, du poulet, du porc ou du bœuf, et toutes sortes de légumes : haricots, chou, carottes, oignons, pommes de terre… Autant dire qu'il existe une recette par famille ! C'est un peu l'équivalent de notre pot-au-feu.

Ce qui nous fait craquer

Le koulibiak est une sorte de tourte préparée traditionnellement avec du poisson, des œufs durs, des champignons, du riz et de l'aneth. On en trouve également à la viande ou aux légumes.

Les malossols, de gros cornichons, sont macérés dans une saumure avec des aromates à la saveur aigre-douce.

Le kvas, littéralement "bière de pain", est parfumé avec des fruits et vendu dans la rue.

Les zakouski sont les tapas à la russe. Ils se composent le plus souvent de charcuteries, de poissons fumés, de malossols, de salades… Les Russes les servent le plus souvent au salon, et non dans la salle à manger, lors des fêtes et des réceptions.

Et bien sûr **le caviar d'esturgeon,** servi avec des blinis et un verre de vodka.

Pour faire comme eux

- Buvez un verre de vodka bien fraîche "cul sec".
- Mettez de la betterave rouge dans tous les plats : les soupes, les salades… Râpée, mélangée à du raifort pour en adoucir le goût, elle tient lieu de condiment original.
- Mangez du caviar, avec une cuillère en bois ou en nacre, car l'argent dénature son goût.
- Préparez-vous un thé noir très fort pour le petit déjeuner et accompagnez-le d'une tranche de pain noir beurré et de fromage blanc.
- À Noël, servez la traditionnelle oie farcie aux pommes et la *koutia,* dessert à base de sarrasin, de fruits secs et de rhum, sans oublier les *prianiki,* des petits gâteaux au miel, au café ou à la menthe aux formes de sujets de Noël.

Réalisation : Fabienne Haberthur

Le mois prochain dans Cuisine Actuelle

TENDANCE

Vache qui rit, lait concentré Nestlé, Pepsi, petit-beurre de Lu ou crème de marrons Faugier, on se régale de **produits culte** version cuisinée.

DOSSIER

Le **saumon** ne se résume pas au pavé grillé. La preuve en 7 recettes épatantes.

ET AUSSI

Tourte sucrée-salée ● Tartiflette party ● Sauce tomate…

AU MARCHÉ

Pomélo, chou-rave, morue, pousses d'épinards, **canard,** on cuisine les produits de saison.

SAINT-VALENTIN

Petits **jeux de société** gourmands pour couronner un dîner en amoureux (ou autre). La suite ne nous regarde pas !

En vente dès le 14 janvier

CARNET D'ADRESSES

Aix & Terra : www.aixetterra.com **Alessi :** 01 42 66 14 61 **Alinéa :** www.alinea.fr **Ampelidae :** www.ampelidae.fr **Asa Selection :** www.asa-selection.de **Atheza :** 08 25 82 64 23 **Brabantia :** 0800 420 636 **Chalet Zannier :** 04 50 21 01 01 **Château Cabezac :** 04 68 46 23 05 **Château Citran :** www.millesima.com **Château Ollieux Romanis :** www.ollieux.com **Château Peyros :** 05 57 94 09 20 **Combrichon :** 01 34 11 38 38 **Coming B :** www.comingb.fr **Cookut :** www.cookut.com **C Quoi :** www.c-quoi.fr **Crom' Exquis :** 01 42 65 10 74 **Cuisine Actuelle :** www.cuisineactuelle.fr **De'Longhi :** 0820 043 043 **Domaine Brusset :** 04 90 30 82 16 **Domaine Capmartin :** 05 62 69 87 88 **Domaine Chabrier :** 04 66 81 24 24 **Domaine Sainte Claire de Brocard :** www.brocard.fr **Domaine Vordy Mayrannes :** 04 68 91 80 39 **Durance :** www.durance.fr **Écomusée d'Alsace à Ungersheim :** 03 89 74 44 74 **Ego Vetri delle Venezie :** www.vetridellevenezie.fr **Etissus :** www.etissus.com **Eurodif :** www.eurodif.com **Fly :** www.fly.fr **Françoise Paviot :** 04 78 20 28 12 **François Pralus :** 04 77 68 99 36 **Goodobject :** 0811 560 902 **Guy Degrenne :** 02 31 66 44 00 **Hello Fresh :** www.hellofresh.fr **Home autour du Monde :** 01 42 77 06 08 **Jacques Genin :** 01 45 77 29 01 **Kraft Decoline :** 02 35 63 53 93 **Krups :** 09 74 50 10 61 **La Maison du Chocolat :** www.lamaisonduchocolat.fr **La Maison Rouge :** 09 50 25 91 06 **L'Atelier du Vin :** www.atelierduvin.com **Le Creuset :** www.lecreuset.fr **Lenôtre :** www.lenotre.com **Love Creative People :** www.lovecreativepeople.com **Luminarc :** www.latabledarc.com **Magimix :** 01 43 98 36 36 **Maison Camille Cayran :** www.cave-cairanne.fr **Maisons Du Monde :** 02 51 71 17 17 **Malongo :** www.malongo.com **Mastrad :** 01 49 26 96 00 **Mathon :** 0 892 391 100 **Mazet :** www.mazetconfiseur.com **Michel Tournayre :** 06 07 96 00 56 **Monmousseau :** 02 54 71 66 66 **Moulin d'Uzès :** 04 66 01 62 39 **Non Sans Raison :** 06 73 46 64 34 **Odé d'Aydie :** 05 59 04 08 00 **One Touch :** 01 44 64 05 32 **Ortas :** www.rasteau.com **OT Uzès :** 04 66 22 68 88 **Patrick Maury :** 03 25 73 06 84 **Peugeot :** 0810 122 338 **Philips Saeco :** 01 57 32 40 51 **Pommery :** www.moutarde-de-meaux.com **Revol :** www.revol-porcelaine.fr **Riviera & Bar :** 03 88 18 66 18 **RL Legras :** www.champagne-legras.fr **Rowenta :** 09 74 50 36 23 **Solac :** 05 59 26 64 80 **So Top :** www.so-top.fr **Tefal :** 09 74 50 47 74 **The Home Cooking Craft :** www.thehomecookingcraft.com **Thierry Prautois :** 03 25 73 06 46 **Uare Design :** www.uaredesign.com **Y pas le Feu au Lac :** 03 84 85 60 97.

Jaillance

signe les plus belles bulles de France

Clairette de Die

« Unique et pétillante, mes notes fruitées sont surprenantes ! »

Gagnez des cadeaux Jaillance !

sur facebook.com/jaillance

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

HIGHCO SHOPPER – JAILLANCE : RCS ROMANS 301 193 298 00017 – Crédits photo : Georges Flayols (coupe) et Marc Abed (bouteille).